

# JADŁOSPIS

18.08.2025

PONIEDZIAŁEK - 1077,4 KCAL	
ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pieczywo żytnie, masło, twarożek ze szczypiorkiem 50g. /gluten, mleko/</li><li>• Pieczywo żytnie, masło, miód 50g. /gluten, mleko/</li><li>• Herbata z cytryną 200ml</li></ul> <i>Skład: pieczywo, masło 82%, ser, miód wielokwiatowy, szczypiorek</i>
II ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Jabłko 150g</li></ul>
OBIAD	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zupa brokułowa z ryżem 300ml. /mleko/</li><li>• Kluska na parze z nadzieniem owocowym i śmietaną 2szt/40ml /gluten, mleko/</li><li>• Woda 200ml</li></ul> <i>Skład: brokuły, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%, mleko, ryż; kluski: mąka, drożdże, jajko, mleko, owoce, śmietana 18%</i>
PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bułka razowa, masło, szynka pierś maślana, sałata 70g. /gluten, mleko/</li></ul> <i>Skład: pieczywo, masło 82%, mięso z piersi kurcząt 85%, sałata</i>
II PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none"><li>• Owoc sezonowy</li></ul>

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

# JADŁOSPIS

19.08.2025

WTOREK - 1030,7 KCAL	
<b>ŚNIADANIE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pieczywo graham, masło, polędwica z indyka, ogórek kiszony 50g. /gluten, mleko/</li><li>• Pieczywo graham, masło, ser żółty, papryka 50g. /gluten, mleko/</li><li>• Herbata malinowa 200ml</li></ul> <p><b>Skład:</b> pieczywo, masło 82%, mięso z piersi indyka 93%, ser, ogórek kiszony, papryka</p>
<b>II ŚNIADANIE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Arbuz 100g</li></ul>
<b>OBIAD</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zupa kalafiorowa z makaronem 300ml. /gluten, mleko/</li><li>• Sznyceł 80g, ziemniaki młode 100g, buraki 70g. /gluten, jajko/</li><li>• Kompot 200ml</li></ul> <p><b>Skład:</b> kalafior, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, makaron; mięso wieprzowe, jajko, bułka tarta, ziemniaki, buraki</p>
<b>PODWIECZOREK</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wyrób własny - Smoothie truskawkowe 150ml /mleko/</li><li>• Pieczywo chrupkie 2szt. /gluten/</li></ul> <p><b>Skład:</b> jogurt naturalny, truskawki, pieczywo</p>
<b>II PODWIECZOREK</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Owoc sezonowy</li></ul>

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym



# JADŁOSPIS

20.08.2025

ŚRODA - 1122,7 KCAL	
ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Płatki kukurydziane z mlekiem 150ml /mleko/</li><li>• Zdrowa kanapeczka warzywna - pieczywo razowe, masło, ogórek zielony, pomidor, sałata 50g /gluten, mleko/</li><li>• Herbata wiśniowa 200ml</li></ul> <p><b>Skład:</b> płatki kukurydziane, mleko, pieczywo, masło 82%, ogórek zielony, pomidor, sałata</p>
II ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Arbuz 100g</li></ul>
OBIAD	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zupa pomidorowa z zacierką 300ml. /gluten, jajko, mleko/</li><li>• Polędwiczki drobiowe w sosie śmietanowo-brokułowym 80g/20g, kasza jęczmienna 150g, bukiet warzyw gotowanych 70g. /gluten, mleko/</li><li>• Kompot 200ml</li></ul> <p><b>Skład:</b> przecier pomidorowy 30%, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%, mleko, zacierka: mąka, jajko; polędwiczki drobiowe, brokuły, śmietana 18%, mąka, kasza jęczmienna, warzywa</p>
PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wyrób własny - Ciasto ucierane na maślanie ze śliwkami 1szt. /gluten, jajko, mleko/</li></ul> <p><b>Skład:</b> mąka, jajko, maślanka, olej, śliwki</p>
II PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none"><li>• Owoc sezonowy</li></ul>

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

# JADŁOSPIS

21.08.2025

CZWARTEK - 1230 KCAL	
ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pieczywo z ziarnami, masło, szynka wiejska, papryka 50g /gluten, mleko/</li><li>• Pieczywo z ziarnami, masło, ser biały, pomidor 50g /gluten, mleko/</li><li>• Kakao 200ml /mleko/</li></ul> <p><b>Skład:</b> pieczywo, masło 82%, mięso wieprzowe 104g/100g, ser, papryka, pomidor, kakao, mleko</p>
II ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Owoc sezonowy</li></ul>
OBIAD	<ul style="list-style-type: none"><li>• Krem z cukinii i kukurydzy z grzankami 300ml /gluten, mleko/</li><li>• Jajko w sosie koperkowym 1szt/20g, ziemniaki 100g, surówka z marchewki tartej 70g /jajko, gluten, mleko/</li><li>• Kompot 200ml</li></ul> <p><b>Skład:</b> cukinia, kukurydza, śmietana 18%, mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki; jajko, koperek, mąka, śmietana 18%, ziemniaki, marchewka</p>
PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wyrób własny - Kisiel owocowy 200ml</li><li>• Pieczywo pszenno-żytnie, masło 50g /gluten, mleko/</li></ul> <p><b>Skład:</b> owoce, mąka ziemniaczana; pieczywo, masło 82%</p>
II PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none"><li>• Banan</li></ul>

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym



# JADŁOSPIS

22.08.2025

PIĄTEK - 1204,3 KCAL	
ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pieczywo słonecznikowe, masło, pasta z tuńczyka i sera z rzodkiewką 50g /gluten, mleko, ryba/</li><li>• Pieczywo słonecznikowe, masło, rolada serowa, ogórek zielony 50g /gluten, mleko/</li><li>• Herbata owocowa 200ml</li></ul> <i>Skład: pieczywo, masło 82%, tuńczyk, ser, ser, rzodkiewka, ogórek zielony</i>
II ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Jabłko 150g</li></ul>
OBIAD	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zupa krupnik z ziemniakami 300ml /gluten/</li><li>• Racuchy z jabłkami 2szt. i musem borówkowo- jogurtowym 70ml/30ml /gluten, mleko, jajko/</li><li>• Kompot 200ml</li></ul> <i>Skład: marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, kasza wiejska, ziemniaki; racuchy: mąka, mleko, jajko, jabłka; borówki, jogurt naturalny</i>
PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wyrób własny - Parówka zapiekana w cieście francuskim 1szt. ogórek zielony do chrupania /gluten/</li></ul> <i>Skład: ciasto francuskie: mąka, olej; parówka z szynki 93%; ogórek zielony</i>
II PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none"><li>• Banan</li></ul>

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym