

JADŁOSPIS

	ŚNIADANIE/ II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
01.10.2026 CZWARTEK	Płatki kukurydziane na mleku 220g /7/, pieczywo razowe 40g /1/ z masłem 5g /7/, ser żółty 20g /7/, cykoria 10g, rzodkiewka 10g, herbata owocowa 200ml	Zupa: Krupnik z ziemniakami 250 ml /9/ II Danie: Makaron 50g /1/, pulpet w sosie pomidorowym 60g /1,3/, surówka z ogórka kwaszonego, jabłka z cebuli 80g, woda z miętą i cytryną 200ml	Bułka graham 35g /1/ z masłem 5g/7/, pasta z łososia wędzonego 30g /4,7,10/, sałata 5g, herbata z cytryną 200ml, banan 60g
	Jabłko 80g		
02.10.2026 PIĄTEK	Kasza jęczmienna na mleku 220ml /1,7/, pieczywo orkiszowe 40g /1/ z masłem 5g /7/, pasta z fasoli białej 30g /7,10/, papryka czerwona 20g, herbata z cytryną 200ml	Zupa: Z zielonego groszku z ziemniakami 250ml /9/ II Danie: Ryż 50g, ser biały 60g /7/, jabłko duszone z cynamonem 80g, kompot owocowy 200ml	Bułka 35g /1/ z masłem 5g /7/, poledwica miodowa 20g, ogórek kwaszony 20g, kakao na mleku 200ml /1,7/, jabłko 60g
	Banan 80g		
05.10.2026 PONIEDZIAŁEK	Makaron na mleku 220ml /1,7/, chleb słonecznikowy z ziarnami 40g /1/ z masłem 5g /7/, pasta z szynki 30g /7,10/, ogórek kwaszony 20g, herbata z cytryną 200ml	Zupa: Szczawiowa z jajkiem i ziemniakami 250ml /3,7,9/ II Danie: Ziemniaki z koperkiem 150g, kotlet panierowany z indyka 60g /1,3/, marchewka zasmażana 80g /1,7/, woda z miętą i cytryną 200ml	Legumina z musem brzoskwinowym i płatkami migdałowymi 220ml /1,7/, bułka 35g /1/ z masłem 5g /7/
	Jabłko 80g		
06.10.2026 WTOREK	Kakao na mleku 220ml /1,7/, bułka kukurydziana 40g /1/ z masłem 5g /7/, szynka z indyka 20g, sałata 5g, ogórek zielony 20g	Zupa: Zarzutka z ziemniakami 250ml /9/ II Danie: Ziemniaki z koperkiem 150g, kotlet z fasoli 60g, plaster pomidora i ogórka zielonego 80g, kompot owocowy 200ml	Bułka graham 35g /1/ z masłem 5g /7/, ser żółty 20g /7/, papryka czerwona 20g, kawa na mleku, 200ml /1,7/, jabłko 60g
	Śliwka 80g		
07.10.2026 ŚRODA	STÓŁ SZWEDZKI Płatki ryżowe na mleku 220ml /1,7/, chleb graham 40g /1/ masło 5g /7/, twarożek z ziołami 20g /7/, szynka drobiowa 20g, pomidorki koktajlowe 20g, sałata 5g, herbata z cytryną 200ml	Zupa: Jarzynowa z ziemniakami 250ml /7,9/ II Danie: Kasza bulgur 50g , gulasz 60g /1/, surówka z buraczków, jabłka i papryki z oliwą z oliwek 80g, woda z miętą i cytryną 200ml	Bułka 35g /1/ z masłem 5g /7/, jajko na twardo na sałacie 30g /3/, szczypiorek 5g, kawa na mleku, 200ml /1,7/, banan 60g
	Jabłko 80g		

08.10.2026 CZWARTEK	Kasza manna na mleku 200ml /1,7/, chleb razowy 40g /1/, masło 5g /7/, pasta z kurczaka 20g /7,10/, ogórek kwaszony 20g, herbata z cytryną 200ml	Zupa: Kalafiorowa z ziemniakami 250ml /7,9/ II Danie: Naleśniki orkiszowe z serem białym i jogurtem 250g /1,3,7/, sałatka owocowa 80g, kompot owocowy 200ml	Butka 35g /1/ z masłem 5g /7/, schab pieczony 20g, ogórek zielony 20g, kakao na mleku 200ml /1,7/, śliwka 60g
	Banan 80g		
09.10.2026 PIĄTEK	Zacierki na mleku 220ml /1,3,7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, hummus 20g /7/, papryka czerwona 20g, herbata owocowa 200ml	Zupa: Pomidorowa z ryżem 250ml /7,9/ II Danie: Ziemniaki z koperkiem 150g, paluszki rybne z miruny 70g /1,3,4/, bukiet warzyw 80g, woda z miętą i cytryną 200ml	Koktajl mleczno - truskawkowy na maślanie 200ml /7/, butka 35g /1/ z masłem 5g/7/
	Śliwka 80g		
12.10.2026 PONIEDZIAŁEK	Płatki jaglane na mleku 220ml /1,7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, ser mozzarella 20g /7/, pomidor 20g, sałata 5g, herbata z cytryną 200ml	Zupa: Ogórkowa z ziemniakami 250ml /7,9/ II Danie: Makaron razowy 50g /1/, pesto słonecznikowe z chrupiącą cieciorą 30g, kompot owocowy 200ml	Kanapka z butki graham z szynką i warzywami 80g /1,7/ ogórek kwaszony 20g, kiełki 5g, kawa na mleku 200ml /1,7/, gruszka 60g
	Jabłko 80g		
13.10.2026 WTOREK	Bananowa owsianka na mleku 220ml /7/, chleb razowy 40g /1/ z masłem 5g /7/, twarożek z suszonymi pomidorami 35g /7/, herbata owocowa 200ml	Zupa: Z soczewicy z ziemniakami 250ml /9/ II Danie: Kasza jaglana 50g /1/, nuggetsy z kurczaka w owsianej panierce 60g /7/, surówka jesienna /sałata, ogórek, rzodkiewka, szczypior/ 80g, woda z miętą i cytryną 200ml	Pizza z serem mozzarella i szynką 150g /1,7/, herbata z cytryną 200ml, jabłko 60g
	Kiwi 80g		
14.10.2026 ŚRODA	STÓŁ SZWEDZKI Płatki jęczmienne na mleku 220ml /1,7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, pasta z tofu 20g, szynka drobiowa 20g, ogórek zielony 20g, papryka czerwona 20g, herbata z cytryną 200ml	Zupa: Rosół z makaronem 250ml /1,9/ II Danie: Ziemniaki z koperkiem 150g, kurczak w potrawce 60g /1,7,9/, słupek ogórka kwaszonego 80g, kompot owocowy 200ml	Kisiel wiśniowy 200ml, butka 35g /1/ z masłem 5g /7/, twarożek waniliowy 20g /7/, gruszka 60g
	Banan 80g		
15.10.2026 CZWARTEK	Makaron na mleku 220ml /1,7/, chleb orkiszowy 40g /1/ masło 5g /7/, pasta jajeczna 20g 3,7,10/, chrupiące warzywa 30g /ogórek kwaszony, rzodkiewki, papryka/, herbata owocowa 200ml	Zupa: Zupa krem z brokułów z grzankami 250ml /1,7,9/ II Danie: Kluski leniwe z serem 250g /1,3,7/, surówka z marchewki i jabłka 80g, woda z miętą i cytryną 200ml	Butka graham 35g /1/ z masłem 5g/7/, szynka babuni 20g /4,7,10/, sałata 5g, kakao na mleku 200ml /1,7/, banan 60g
	Jabłko 80g		

16.10.2026 PIĄTEK	Ryż na mleku 220ml /7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, ser żółty 20g /7/, sałata 5g, pomidorki koktajlowe 20g, herbata z cytryną 200ml	Zupa: Solferino z ziemniakami 250ml /7,9/ II Danie: Ziemniaki z koperkiem 150g, kuleczki rybne z morskczuka w sosie koperkowym 70g /1,3,4/, surówka z kapusty kiszanej, jabłka i cebuli 80g, kompot owocowy 200ml	Leśny shake z tropikalną nutą 200ml, /jogurt naturalny, owoce, wiórki kokosowe/, bułka 35g /1/ z masłem 5g
	Śliwka 80g		
19.10.2026 PONIEDZIAŁEK	Zacierki na mleku 220ml /1,3,7/, chleb słonecznikowy 40g /1/ z masłem 5g /7/, twaróg z zielonym ogórkiem i rzodkiewką 40g /7/, herbata owocowa 200ml	Zupa: Solferino z ziemniakami 250ml /7,9/ II Danie: Ryż brązowy 50g, kurczak w sosie curry 60g /1/, surówka wielowarzywna 80g /kapusta biała, ogórek kiszony, papryka z oliwą z oliwek/, kompot owocowy 200ml	Koktajl jogurtowo- owocowy 200ml /7/ /truskawki, banan/, wafle kukurydziane 40g
	Arbuz 80g		
20.10.2026 WTOREK	Kasza jęczmienna na mleku 220ml /1,7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, pasta z fasoli 30g /7/, ogórek kwaszony 20g, herbata z cytryną 200ml	Zupa: Pejzanka z kapustą i ziemniakami 250ml /7,9/ II Danie: Pierogi z serem białym 150g /1,3,7/, mus truskawkowy 80g, woda z miętą i cytryną 200ml	Chleb orkiszowy 40g /1/ z masłem 5g /7/, polędwica drobiowa 20g, sałata 5g, kawa na mleku 200ml /1,7/, kiwi 60g
	Jabłko 80g		
21.10.2026 ŚRODA	STÓŁ SZWEDZKI Bułka warzywko 40g /1/ z masłem 5g /7/, polędwica miodowa 20g, pasta z jaj 20g /3,10/, papryka czerwona 20g, rukola 5g, kakao na mleku 200ml /1,7/	Zupa: Krem z dyni 250ml /7,9/ II Danie: Ziemniaki z koperkiem 150g, kotlet mielony z mięsa mieszanego 60g /1,3/, surówka z kapusty białej z ogórkiem zielonym i koperkiem 80g, kompot owocowy 200ml	Bułka 35g /1/ z masłem 5g /7/, pasta z makreli 30g /4,7/, herbata z cytryną 200ml, pomarańcza 60g
	Śliwka 80g		
22.10.2026 CZWARTEK	Płatki jęczmienne na mleku 220ml /1,7/, chleb razowy 40g /1/ z masłem 5g /7/, ser mozarella 20g, papryka czerwona 20g, cykorja 10g, herbata owocowa 200ml	Zupa: Barszcz czerwony z ziemniakami 250ml /7,9/ II Danie: Kasza kuskus 50g /1/, kotleciki z ciecierzycy 60g /1,3/, surówka z marchewki i jabłka 80g, sos czosnkowy 20g /7/, woda z miętą i cytryną 200ml	Budyń waniliowy z musem malinowym 220ml /1,3,7/, bułka 40g z masłem 5g /7/
	Jabłko 80g		

23.10.2026 PIĄTEK	Kasza manna na mleku 220ml /1,7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, twarożek z owocami 30g /7/, herbata z cytryną 200ml	Zupa: Pieczarkowa z makaronem 250ml /7,9/ II Danie: Ziemniaki z koperkiem 150g, kotlet z ryby 70g /1,3,4/, surówka z kapusty kiszanej 80g, kompot owocowy 200ml	Butka 40g /1/ z masłem 5g /7/, schab pieczony 20g, sałata 5g, kakao na mleku 200ml /1,7/, jabłko 60g
	Melon 80g		
26.10.2026 PONIEDZIAŁEK	Płatki kukurydziane na mleku 220ml /7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, ser żółty 20g /7/, rzodkiewka 10g, kiełki 5g, ogórek zielony 10g, herbata owocowa 200ml	Zupa: Ogórkowa z ziemniakami 250ml /7,9/ II Danie: Kaszotto z zieloną soczewicą, pieczarkami i marchewką 200g /1/, woda z miętą i cytryną 200ml	Butka 35g /1/ z masłem 5g/7/, szynka gotowana 20g, papryka czerwona 20g, sałata 5g, kakao na mleku 200ml /1,7/, winogrona 60g
	Jabłko 80g		
27.10.2026 WTOREK	Owocowa jaglanka na mleku 220ml /1,7/, pieczywo graham 40 g /1/ z masłem 5g /7/, pasta z zielonego groszku 30g /7,10/, marchewka 10g, ogórek zielony 10g, herbata z cytryną 200ml	Zupa: Pomidorowa z lanymi kluskami 250ml /1,3,7,9/ II Danie: Ziemniaki z koperkiem 150g, pałka z kurczaka pieczona 80g, mizeria ze śmietaną 80g /7/, kompot owocowy 200ml	Jogurt naturalny 200g /7/, mus owocowy 20g, butka 40g /1/ z masłem 5g /7/
	Jabłko 80g		
28.10.2026 ŚRODA	STÓŁ SZWEDZKI Płatki ryżowe na mleku 220ml /1,7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, ser żółty 20g /7/, pasta z jaj 20g /3,7/,10/, papryka czerwona 20g, rzodkiewki 10g, herbata owocowa 200 ml	Zupa: Krem z białych warzyw 250ml /7,9/ II Danie: Ryż jaśminowy 50g, pulpety rybne w sosie pomidorowym 70g /1,3,4/, surówka z kiszanej kapusty, jabłka i cebuli 80g, woda z miętą i cytryną 200ml	Szarlotka domowa 200g /1,3,7/, herbata z cytryną 200ml
	Pomarańcza 80g		
29.10.2026 CZWARTEK	Lane kluski na mleku 220ml /1,3,7/, chleb razowy 40g /1/, masło 5g /7/, twarożek z warzywami 20g /7/, herbata z cytryną 200ml	Zupa: Ryżanka z natką pietruszki 250ml /9/ II Danie: Ziemniaki z koperkiem 150g, kotlet schabowy 60g /1,3/, kapusta gotowana z pomidorowami 80g, kompot owocowy 200 ml	Budyń czekoladowy 200ml /1,3,7/, chrupki kukurydziane 40g, banan 60g
	Jabłko 80g		
30.10.2026 PIĄTEK	Kasza manna na na mleku 220ml /1,7/, pieczywo mieszane /7/ z masłem 40g /7/, pasta z ciecierzycy 20g /7,10/, ogórek kwaszony 20g, herbata z cytryną 200ml	Zupa: Fasolowa ziemniakami 250ml /9/ II Danie: Makaron 50g, ser biały 60g /7/, mus owocowy 80g, woda z miętą i cytryną 200ml	Butka graham 40g /1/ z masłem 5g /7/, polędwica miodowa 20g, ogórek zielony 20g, sałata 5g, kawa na mleku 200ml, jabłko 60g
	Banan 80g		

Jadłospis może ulec zmianie.