JADŁOSPIS

	ŚNIADANIE/ II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
02.11.2026 PONIEDZIAŁEK	Ryż na mleku 220ml /7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, polędwica miodowa 20, ogórek zielony 20g, pomidor malinowy 20g, herbata rumiankowa 200ml Jabłko 80g	**Zupa**: Krem z brokułów z grzankami 250ml /1,7,9/ **II Danie**: Ziemniaki z koperkiem 120g, kotlet jajeczny pieczony 60g /1,3/, surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 80g /7/, sok owocowy 200ml	Tosty z mozarellą 60g /1,7/, pomidorki koktajlowe 20g, świeża bazylia 5g, kawa na mleku 200ml /1,7/, mandarynka 60g
03.11.2026 WTOREK	Makaron na mleku 220ml /1,7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, hummus paprykowy 20g /7,10/, ogórek zielony 20g, rukola 5g, herbata z cytryną 200ml Pomarańcza 80g	**Zupa**: Parzybroda z ziemniakami 250ml /7,9/ **II Danie**: Kasza gryczana 50g, pulpet w sosie warzywnym 60g /1,3/, ogórek kwaszony w kawałku 60g, kompot 200ml	Budyń śmietankowy 200g /1,3,7/, bułka z masłem 40g /1,7/, banan 60g
04.11.2026 ŚRODA	**STÓŁ SZWEDZKI** Kakao na mleku 220ml /1,7/, bułeczka grahamka 40g /1/ masło 5g /7/, ser żółty 20g /7/, schab pieczony 20g, pomidor 20g, rzodkiewki 10g, sałata 5g Manadarynka 80g	**Zupa**: Kalafiorowa z makaronem 250ml /1,7,9/ **II Danie:** Puree ziemniaczane 120g /7/, kotleciki z ciecierzycy z sosem czosnkowym 70g /1,3,7/, surówka z marchewki i jabłka 80g, woda z miętą i cytryną 200ml	Kisiel truskawkowy 150ml, bułka 35g /1/ z masłem 5g/7/, ser biały z miodem 25g /7/, jabłko 60g
05.11.2026 CZWARTEK	Płatki owsiane na mleku 220 ml /7/, pieczywo mieszane 35g /1/ z masłem 5g /7/, pasta z jaj ze szczypiorkiem 25g /3,7,10/, papryka czerwona 20g, herbata z cytryną 200ml Jabłko 80g	**Zupa:** Zarzutka z ziemniakami 250ml /9/ **II Danie:** Ryż 50g, udko z kurczaka pieczone 80g, marchewka zasmażana 80g /1,7/, kompot owocowy 200ml	Chałka z masłem 80g /1,7/, kawa na mleku 200ml /1,7/, melon 60g
06.11.2026 PIĄTEK	Kasza jęczmienna na mleku 200ml /1,7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, pasta z szynki 20g /7,10/, ogórek kwaszony 20g, herbata owocowa 200ml Śliwka 80g	**Zupa:** Zacierkowa 250 ml /1,3,9/ **II Danie:** Ziemniaki z koperkiem 120g, kotlet rybny z mintaja 70g /1,3,4/, surówka z kapusty czerwonej 80g, woda z miętą i cytryną 250ml	Bułka graham 40g /1/, pomidor 10g , ogórek zielony 10g, rzodkiewka 5g, bawarka 200ml /7/, jabłko 60g

09.11.2026 PONIEDZIAŁEK	Zacierki na mleku 220 ml /1,3,7/, pieczywo mieszane 35g/1/, szynka gotowana 20g, ogórek zielony 20g, papryka czerwona 20g, herbata z cytryną 200ml Kiwi 80g	**Zupa:** Krupnik z ziemniakami 250ml /9/ **II Danie:** Makaron 50g /1/, sos bolognese z mięsem indyka 60g /1,3/, surówka z ogórka kwaszonego, jabłka i cebuli 80g, woda z miętą i cytryną 200ml	Legumina z owocami 200ml /1,7/, bułka z masłem 35g /1,7/
10.11.2026 WTOREK	Kasza manna na mleku 220ml /1,7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, pasta z jaj ze szczypiorkiem 25g /3,7/, rzodkiewka 10g, herbata owocowa 200ml Pomarańcza 80g	**Zupa:** Pomidorowa z ryżem 250ml /7,9/ **II Danie:** Ziemniaki z koperkiem 120g, kotlet mielony z mięsa mieszanego 60g /1,3/, mizeria ze śmietaną 80g /7/, kompot owocowy 200ml	Zapiekanka z serem mozarella i szynką 120g /1,7/, herbata z cytryną 200ml, jabłko 60g
12.11.2026 CZWARTEK	Płatki owsiane na mleku 220ml /7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, twarożek z suszonymi pomidorami 25g /7/, herbata owocowa 200ml Jabłko 80g	**Zupa:** Kapuśniak z ziemniakami 250ml /9/ **II Danie:** Kasza pęczak 50g /1/, klopsik drobiowy w sosie ziołowym 60g /1,3/, marchewka gotowana w plasterki 80g, woda z miętą i cytryną 200ml	Budyń czekoladowy 200g /1,3,7/, chrupki kukurydziane 40g, banan 60g
13.11.2026 PIĄTEK	Płatki ryżowe na mleku 220ml /1,7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, szynka drobiowa 20g, ogórek zielony 20g, rukola 5g, herbata owocowa 200ml Sok jabłkowy 200ml	**Zupa**: Z soczewicy z ziemiakami 250 ml /9/ **II Danie:** Ryż jaśminowy 50g, ser biały 60g /7/, jabłko duszone z cynamonem 80g, woda z miętą i cytryną 200ml	Bułka graham 40g /1/, z masłem 5g /7/, ser żółty 20g /7/, ogórek kwaszony 20g, kawa na mleku 200ml /1,7/, jabłko 60g
16.11.2026 PONIEDZIAŁEK	Płatki kukurydziane na mleku 220ml /7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g, pasta z kurczaka 20g /7,10/, ogórek kwaszony 20g, herbata owocowa 200ml Gruszka 80g	**Zupa:** Ogórkowa z ziemniakami 250ml /7,9/ **II Danie:** Spagetti razowe ze słonecznikowym pesto i chrupiąca cieciorką 150g /1/, woda z miętą i cytryną 200ml	Pizza z serem mozarella i szynką 150g /1,7/, herbata z cytryną 200ml , banan 60g

17.11.2026 WTOREK	Lane kluski na mleku 220 ml /1,7/, pieczywo mieszane 35g /1/ z masłem 5g /7/, pasta z zielonego groszku 20g /7,10/, papryka czerwona 20g, herbata z cytryną 200ml Mandarynka 80g	**Zupa:** Pieczarkowa z makaronem 250ml /1,7,9/ **II Danie:** Ziemniaki z koperkiem 120g, kotlet z piersi indyka z pieca 60g /1,3/, surówka z kapusty białej z ogórkiem zielonym i koperkiem 80g /1,7/, kompot 200ml	Bananowy pudding chia z malinami i rodzynkami 220 ml /7/, wafle ryżowe 40g
18.11.2026 ŚRODA	**STÓŁ SZWEDZKI** Kakao na mleku 220ml /1,7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, szynka drobiowa 20g, schab pieczony 20g, papryka czerwona 20g, cykoria 10g Jabłko 80g	**Zupa:** Solferino z ziemniakami 250ml /7,9/ **II Danie:** Kasza bulgur 50g /1/, klopsiki rybne z dorsza w sosie koperkowym 70g /1,3,4/, surówka z kapusty kiszonej 80g, woda z miętą i cytryną	Bułka paryska 40g /1/, z masłem 5g /7/, jajko na twardo 30g /3/, szczypiorek 5g, sałata 5g, kawa na mleku 200ml /1,7/, mandarynka 60g
19.11.2026 CZWARTEK	Płatki jęczmienne na mleku 220ml /1,7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, twarożek z miodem 25g /7/, herbata z cytryną 200ml Pomarańcza 80g	**Zupa:** Ryżanka z natką pietruszki 250m /9/ **II Danie:** Ziemniaki z koperkiem 120g, kotlet schabowy z pieca 60g /1,3/, marchewka zasmażana 80g /1,7/, kompot owocowy 200ml	Bułka graham 40g /1/ z masłem 5g /7/, pasta z łososia wędzonego z koperkiem 20g /4,7,10/, herbata z cytryną 200ml, banan 60g
20.11.2026 PIĄTEK	Kasza manna na mleku 220ml /1,7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g, ser żółty 20g /7/, papryka czerwona 20g,herbata z cytryną 200ml Banan 80g	**Zupa**: Zacierkowa 250ml /1,3,9/ **II Danie**: Ziemniaki z koperkiem 120g, kotlet z ryby miruna 70g /1,3,4/, surówka z kapusty pekińskiej 80g, kompot 200ml	Bułka 40g /1/ z masłem /5g/, polędwica miodowa 20g, ogórek kwaszony 20g, kawa na mleku 200ml /1,7/, jabłko 60g
23.11.2026 PONIEDZIAŁEK	Kasza jęczmienna na mleku 220ml /1,7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, ser żółty 20g /7/, papryka czerwona 20g, kiełki 5g, herbata z cytryną 200ml Pomarańcza 80g	**Zupa:** Jarzynowa z ziemniakami 250ml /7,9/ **II Danie:** Naleśniki z serem białym 150g /1,3,7/, mus truskawkowy 80g, kompot 200ml	Bułka graham 40g /1/ z masłem 5g /7/, indyk gotowany 20g, sałata 5g, ogórek kwaszony 20g, kakao na mleku 200ml /1,7/, jabłko 60g

24.11.2026 WTOREK	Ryż na mleku 220ml /7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, hummus 20g /7,10/, ogórek zielony 20g, kiełki 5g, herbata owocowa 200ml Mandarynka 80g	**Zupa:** Selerowa z makaronem 250ml /1,7,9/ **II Danie:** Ziemniaki z koperkiem 150g, befsztyk wołowy z cebulką 70g /1,3/, słupek ogórka kwaszonego 80g, woda miętą i cytryną 200ml	Koktajl brzoskwiniowy na maślance 200ml /7/, bułka 40g /1/ z masłem 5g /7/
25.11.2026 ŚRODA	**STÓŁ SZWEDZKI** Kakao na mleku 220ml /1,7/, bułeczka kukurydziana 40g /1/ z masło 5g /7/, ser żółty 20g /7/, szynka gotowana 20g, rukola 5g, ogórek zielony 20g, papryka czerwona 20g Jabłko 80g	**Zupa:** Żurek z jajkiem i ziemniakami 250ml /3,7,9/ **II Danie:** Kasza kuskus 50g /1/, falafel z ciecierzycy 60g /1/, sos jogurtowy 20g /7/, pomidor z cebulką 80g, kompot 200ml	Ciasto marchewkowe 150g /1,3/ wyrób własny, herbata z cytryną 200ml
26.11.2026 CZWARTEK	Płatki ryżowe na mleku 220ml /1,7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 30g /7/, herbata owocowa 200ml Banan 80g	**Zupa:** Pomidorowa z lanymi kluskami 250ml /1,3,7,9/ **II Danie:** Ziemniaki z koperkiem 120g, kotlet mielony z pieca 60g /1,3/, buraczki zasmażane 80g 1,7/, woda z miętą i cytryną 200ml	Bułka 40g /1/ z masłem /5g/, polędwica z indyka 20g, ogórek kwaszony 20g, kawa na mleku 200ml /1,7/, gruszka 60g
27.11.2026 PIĄTEK	Kasza manna na mleku 200ml /1,7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, polędwica z indyka 20g /10/, papryka czerwona 20g, cykoria 5g, herbata z cytryną 200ml Pomarańcza 80g	**Zupa:** Zacierkowa 250ml /1,3,9/ **II Danie:** Ziemniaki z koperkiem 120g, paluszki rybne z mintaja 70g /1,3,4/, fasolka szparagowa gotowana 80g, kompot owocowy 200ml	Chleb orkiszowy 40g /1/ masłem 5g /7/, ser mozarella 20g /7/, pomidorki koktajlowe 20g, rukola 5g, kawa na mleku 200ml /1,7/, jabłko 60g
30.11.2026 PONIEDZIAŁEK	Makaron na mleku 220ml /1,7/, pieczywo mieszane 40g /1/ z masłem 5g /7/, pasta z jaj 20g /3,7,10/, ogóek zielony 20g, szczypiorek 5g, herbata z cytryną 200ml Kiwi 80g	**Zupa:** Zarzutka z ziemniakami 250ml /7,9/ **II Danie:** Ryż brązowy 50g, risotto z mięsem drobiowym i warzywami 80g, plaster ananasa 80g, kompot 200ml	Kisiel wiśniowy 200ml, bułka 40g /1/ twarożek z miodem 25g /7/, jabłko 60g

Jadłospis może ulec zmianie.