

Jadłospis

Poniedziałek, 15.12.2025	
I ŚNIADANIE	bułka zwykła 40 g. z masłem 10 g., kielbasą krakowską 20 g., i ogórkiem 10 g., do picia: kawa zbożowa na mleku 200 g. z cukrem 2 g./herbata zielona 200 g. z miodem 2 g., marchew 80 g. SKŁADNIKI: bułka pszenno-żytnia, masło 82 % tł., kielbasa krakowska wieprzowa, ogórek świeży, mleko 2% tł., kawa zbożowa Kujawianka, herbata zielona, miód pszczeli, marchew surowa. /Dokładny skład produktów dostępny na życzenie/ <i>Alergeny: Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</i>
II ŚNIADANIE	budyń śmietankowy 200 g. z sokiem 40 g., banan 100 g. SKŁADNIKI: mleko 2 %, budyń śmietankowy b/c, syrop malinowy, banan. /Dokładny skład produktów dostępny na życzenie/ <i>Alergeny: Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</i>
OBIAD	zupa zacierka na rosole 250 g., ziemniaki z koperkiem 150 g., kotlet z jajka 80 g., surówka z warzyw mieszanych z sosem jogurtowym 80 g., do picia: herbata owocowa 200 g. SKŁADNIKI: kurczak, marchew, SELER, pietruszka, natka pietruszki, por, makaron zacierka, ziemniaki, koper, JAJA, bułka tarta, bułka czerstwa, kapusta biała, marchew, kukurydza konserwowa, papryka czerwona, szczypior, jogurt naturalny, śmietana 18%, majonez, olej rzepakowy, cebula, sól, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie, herbata owoce leśne, cukier. /Dokładny skład produktów dostępny na życzenie/ <i>Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</i>
Wtorek, 16.12.2025	
I ŚNIADANIE	chleb żytni 50 g. z masłem 10g., wędliną 20 g., serem żółtym 20g., pomidor z bazylią i oliwą 80 g., do picia: kawa zbożowa na mleku 200 ml. z cukrem 3 g./herbata ziołowa 200ml. z cukrem 2 g. SKŁADNIKI: chleb baltonowski, masło 82 % tł., kielbasa krakowska sucha, ser żółty, pomidor, bazylia świeża, oliwa z oliwek, MLEKO 2%, kawa zbożowa Inka, herbata miętowa, cukier. /Dokładny skład produktów dostępny na życzenie/ <i>Alergeny: Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</i>
II ŚNIADANIE	jogurt naturalny 150 g., z brzoskwiniami 60 g., chrupki kukurydziane 12 g., SKŁADNIKI: jogurt naturalny, brzoskwinie w syropie, chrupki kukurydziane. /Dokładny skład produktów dostępny na życzenie/ <i>Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</i>
OBIAD	zupa jarzynowa 250 g., kasza bulgur 50g., zrazy wieprzowe 60g. w sosie pieczeniowym, surówka z czerwonej kapusty na ciepło 80 g., do picia: herbata ziołowa 200 g. z cukrem 3 g. SKŁADNIKI: kurczak, marchew, SELER, pietruszka, natka pietruszki, por, kapusta włoska, kalafior, brokuł, groszek, fasola zielona cięta, ziemniaki, koper, łopatka wieprzowa, bułka czerstwa, kapusta czerwona, cebula, olej rzepakowy, herbata koper włoski, cukier. /Dokładny skład produktów dostępny na życzenie/ <i>Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Ryby i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</i>

Jadłospis

Środa, 17.12.2025

I ŚNIADANIE	bułka żytnia 50 g. z masłem 10 g., pasta z makreli 30g., do picia: kawa na mleku 200 g. i cukrem 2 g./herbata ziołowa 200 g. z cukrem 2 g., warzywa 60 g. SKŁADNIKI: bułka grahamka, masło 82 % tł., filet z makreli w pomidorach, cebula, MLEKO 2% tł., kawa zbożowa Anatol, herbata lipa, cukier, rzodkiewki. /Dokładny skład produktów dostępny na życzenie/ <i>Alergeny: Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Nasiona sezamu i produkty pochodne</i>
II SNIADANIE	rogalik drożdżowy z marmoladą 60g., mleko kakaowe 200g., owoc 80g. SKŁADNIKI: rogalik drożdżowy z marmoladą (wyrób cukierniczy) , kakao puchatek 200g., (zawartość cukru w 200g. napoju -2g.) mleko 2% tł., jabłko. /Dokładny skład produktów dostępny na życzenie/ <i>Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</i>
OBIAD	kapuśniak z kiszonej kapusty z kaszą i ziemniakami na mięsie 250 g., makaron z serem na słodko 250 g., do picia: woda z cytryną 200 g. SKŁADNIKI: mięso wp., marchew, SELER, pietruszka, natka pietruszki, por, kasza jęczmienna gruba, kapusta kiszona, ziemniaki, koncentrat pomidorowy,, makaron razowy z pszenicy Durum, pomidory krojone, olej rzepakowy, ser biały półtłusty - porcja 40 g., masło 82 %, cukier trzcinowy, sól, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie, cytryny. /Dokładny skład produktów dostępny na życzenie/ <i>Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</i>
Czwartek, 18.12.2025	
I ŚNIADANIE	chleb 50 g. z masłem 10g., kiełbasą krakowską drobiową 30g., z pomidorem, ogórkiem i szczypiorem 40 g., do picia: kawa zbożowa z mlekiem i cukrem/herbata ziołowa 200 ml., owoce 100 g. SKŁADNIKI: chleb pszenno-żytnia, masło 82 % tł., kiełbasa krakowska z indyka, pomidor, ogórek świeży, szczypior, MLEKO 2% tł., kawa zbożowa inka, herbata koper włoski, cukier, mandarynka. <i>Alergeny: Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Nasiona sezamu i produkty pochodne</i>
II SNIADANIE	chałka 40 g. z masłem 10g., dżem truskawkowy 20g., mleko 200 ml., owoce 100g. SKŁADNIKI: chałka drożdżowa, masło 82 %, dżem truskawkowy łowicz, MLEKO UHT 2%, gruszka. /Dokładny skład produktów dostępny na życzenie/ <i>Alergeny: Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</i>
OBIAD	zupa pomidorowa z makaronem literki 250 g., ziemniaki z koperkiem 150 g. , karkówka duszona 80 g., surówka z kapusty pekińskiej z sosem jogurtowym 80 g., do picia: woda z cytryną 200 g. SKŁADNIKI: kurczak, makaron literki, sok pomidorowy 100%, marchew, SELER, natka pietruszki, por, śmietana 30 %, sól, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie, ziemniaki, karkówka, cebula, olej rzepakowy, koper, kapusta pekińska, marchew, szczypiorek, ogórek gruntowy, majonez, jogurt naturalny, cytryna. /Dokładny skład produktów dostępny na życzenie/ <i>Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne</i>

Jadłospis

Piątek, 19.12.2025

I ŚNIADANIE	chleb 50 g. z masłem 10 g., twarożkiem śmietankowym ze szczypiorkiem i rzodkiewką 30 g., do picia: kakao z mlekiem 200 g. i cukrem 2 g./ herbata owocowa 200 g. z cukrem 2 g., owoc 60g. SKŁADNIKI: chleb pszenno-żytnia, masło sudeckie 82 % tł., serek mój ulubiony, szczypior, rzodkiewki, mleko 2%, kakao zwykłe, herbata owoce leśne, cukier, pomarańcz. /Dokładny skład produktów dostępny na życzenie/ <i>Alergeny: Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Nasiona sezamu i produkty pochodne</i>
II SNIADANIE	rogal 40g. z masłem 10g., płatki kukurydziane z mlekiem 200ml., papryka słupki 80g. SKŁADNIKI: rogal, masło 82% tł., płatki kukurydziane, mleko 2%, papryka czerwona. /Dokładny skład produktów dostępny na życzenie/ <i>Alergeny: Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</i>
OBIAD	zupa kalafiorowa ze śmietaną 250 g., ziemniaki z wody 150 g., paluszki rybne 60 g., surówka z kiszonej kapusty 80 g., do picia: woda z miętą 200 g. SKŁADNIKI: kurczak, marchew, SELER, pietruszka, natka pietruszki, por, kalafior, śmietana 30 %, ziemniaki, koper, śmietana 30%, paluszki rybne z fileta, MASŁO 82 % tł., kapusta kiszona, cebula, jabłko, marchew, sól, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie, mięta. /Dokładny skład produktów dostępny na życzenie/ <i>Alergeny: Zboża zawierające gluten, Ryby i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</i>