

Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 16.02.2026 do 20.02.2026 r.	2
Poniedziałek 16.02.2026	2
Śniadanie	2
Pierwsze danie:	2
Drugie danie:	3
Wtorek 17.02.2026	4
Śniadanie:	4
Pierwsze danie:	4
Drugie danie:	5
Środa 18.02.2026	6
Śniadanie	6
Pierwsze danie:	6
Drugie danie:	7
Czwartek 19.02.2026	8
Śniadanie	8
Pierwsze danie:	8
Drugie danie:	9
Piątek 20.0102.2026	10
Śniadanie:	10
Pierwsze danie:	10
Drugie danie:	11
Legenda (objaśnienia):	12

Jadłospis obowiązujący od 02.03.2026 do 06.03.2026 r.

Poniedziałek 02.03.2026

Śniadanie

Płatki orkiszowe na mleku (**mleko, orkisz**)

Składniki:

- mleko (**mleko**), płatki orkiszowe (**orkisz**)

Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**) z masłem (**mleko**), mozzarella (**mleko**), pomidor, ogórek zielony, kielki rzodkiewki

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**)
- Masło (**mleko**)
- Mozzarella (**mleko**)
- pomidor, ogórek zielony, kielki rzodkiewki

Pierwsze danie:

Krem z czerwonej soczewicy na wywarze jarzynowym (**seler, mleko**)

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, soczewica czerwona, koncentrat pomidorowy, natka pietruszki, śmietana 12% (**mleko**), olej, przyprawy

Melon żółty

Składniki:

- melon żółty

Drugie danie:

Makaron penne z pszenicy durum (**pszenica**) z pesto buraczanym z prażonymi pestkami słonecznika, rukolą i serem feta (**mleko**), kalafior zapiekany z sosem beszamel (**mleko**, **pszenica**)

Składniki:

- Makaron penne z pszenicy durum (**pszenica**)
- pieczone buraki, oliwa, prażone pestki słonecznika, sok z cytryny, czosnek, przyprawy, ser feta (**mleko**)
- kalafior, masło (**mleko**), **mleko**, mąka (**pszenica**), gałka muskatołowa, sól

Woda z cytryną

Składniki:

- woda, cytryna

Wtorek 03.03.2026

Śniadanie:

Kakao (**mleko**)

Składniki:

- Mleko (**mleko**)
- Kakao, cukier

Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**) z masłem (**mleko**), jajecznica na maśle (**jaja, mleko**), papryka czerwona, pomidor koktajlowy, szczypiorek, kakao (**mleko**)

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**)
- Masło (**mleko**), **jaja**,
- Papryka czerwona, pomidor koktajlowy, szczypiorek

Pierwsze danie:

Grochowa na mięsie (**seler**) czekolady

Składniki:

- Kurczak tusza, marchew, pietruszka, **seler**, por, groch połówki, natka pietruszki, przyprawy

Budyń na mleku (**mleko**) z jagodami i kostką gorzkiej

Składniki:

- Mleko (**mleko**), budyń
- Jagody, gorzka czekolada

Drugie danie:

Pałka z kurczaka pieczona, kasza kuskus (**pszenica**) z papryką, marchewką, groszkiem i curry, surówka z czerwonej kapusty

Składniki:

- Podudzie z kurczaka, olej, przyprawy
- Kasza kuskus (**pszenica**), papryka czerwona, marchewka, groszek zielony, przyprawy
- Kapusta czerwona, szczypiorek, oliwa z oliwek, sól, pieprz czarny, sok z cytryny

Kompot wieloowocowy

Składniki:

- Mieszanka kompotowa wieloowocowa, miód naturalny

Środa 04.03.2026

Śniadanie

Kawa inka na mleku (**gluten pszenny, żytni**), mleko (**mleko**)

Składniki:

- Kawa inka (**gluten pszenny, żytni**), mleko (**mleko**), cukier

Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**) z masłem (**mleko**),
krakowska sucha, **jajko**, sałata, rzodkiewka, ogórek zielony, pomidor koktajlowy

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**)
- Masło (**mleko**)
- Krakowska sucha, **jajko**
- Sałata, rzodkiewka, ogórek zielony, pomidor koktajlowy

Pierwsze danie:

Krupnik jaglany na mięsie (**seler, mleko**)

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, kasza jaglana, ziemniaki, kurczak, natka pietruszki, przyprawy, śmietanka 12% (**mleko**)

Jogurt naturalny (**mleko**) z kawałkami suszonych śliwek i prażonymi płatkami migdałów (**migdały**), ½ kiwi

Składniki:

- Jogurt naturalny (**mleko**), śliwki suszone, płatki migdałów (**migdały**),
- Kiwi

Drugie danie:

Kluchy drożdżowe na parze (**mleko, pszenica, jaja**) z gulaszem wołowym (**pszenica**),
surówka z kolorowych warzyw (**seler**)

Składniki:

- Mąka (**pszenica**), **mleko, jaja**, cukier,
- Wołowina, olej, przyprawy, mąka (**pszenica**)
- Marchew, burak, **seler**, jabłko, sok z cytryny, natka pietruszki, oliwa z oliwek, przyprawy

Kompot z czerwonej porzeczki

Składniki:

- Woda, czerwona porzeczka, miód naturalny

Czwartek 05.03.2026

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku (**mleko, owies**)

Składniki:

- Mleko (**mleko**), płatki owsiane (**owies**)

Bułka trójka (**pszenica, mleko, jaja**) z pastą twarogową (**mleko**), krem czekoladowy z daktyli (**orzeszki ziemne**) – wyrób własny, borówki

Składniki:

- Bułka trójka (**pszenica, mleko, jaja**)
- Twaróg (**mleko**),
- Daktyle, kakao, masło orzechowe (**orzeszki ziemne**), mleczko kokosowe

Pierwsze danie:

Pieczarkowa z makaronem na wywarze jarzynowym (seler, mleko, pszenica),

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, pieczarki, makaron z pszenicy durum (**gluten pszenny**), śmietana 12% (**mleko**), natka pietruszki, cebula, olej, przyprawy

Mandarynka

Składniki:

- Mandarynka

Drugie danie:

Kotlet mielony z szynki wieprzowej (**pszenica**, **jaja**), ziemniaki z koperkiem, brukselka na parze z masłem (**mleko**), mix sałat z pomidorkami koktajlowymi, szczypiorkiem, prażonymi pestkami dyni i sosem vinegret

Składniki:

- Szynka wieprzowa, **jajko**, mąka ziemniaczana, bułka tarta (**pszenica**), czosnek, przyprawy, olej
- Ziemniaki, koperek
- Brukselka, masło (**mleko**), sól
- Sałata masłowa, rukola, roszponka, pomidory koktajlowe, szczypiorek, oliwa z oliwek, przyprawy

Napar mięty z pomarańczą

Składniki:

- Woda, mięta, pomarańcza

Piątek 06.03.2026

Śniadanie:

- Płatki ryżowe na mleku (**mleko**)

Składniki:

- Mleko (**mleko**), płatki ryżowe

Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**) z masłem (**mleko**), ser żółty (**mleko**), rukola, rzodkiewka, pomidor i szczypiorek

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**)
- Masło (**mleko**), ser żółty (**mleko**)
- Rukola, rzodkiewka, pomidor i szczypiorek

Pierwsze danie:

Krem z brokułu z prażonym słonecznikiem na wywarze jarzynowym (**seler, mleko**)

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, natka pietruszki, brokuł, ziemniaki, śmietanka 12% (**mleko**), olej, przyprawy, słonecznik

Pieczone jabłko z cynamonem

Składniki:

- Jabłko, cynamon

Drugie danie:

- Dorsz smaŹony (**pszenica, jaja, ryby**), ziemniaki pieczone, sałatka z ogórka kiszzonego ze szczypiorkiem i musztardą (**gorczyca**), woda z grejpfrutem

Składniki:

- Dorsz (**ryby**), jajka (**jajka**), bułka tarta (**pszenica**), olej, przyprawy
- Ziemniaki, olej, przyprawy
- Ogórek kiszony, olej rzepakowy, szczypiorek, musztarda (gorczyca), przyprawy

Woda z grejpfrutem

Składniki:

- Woda, grejpfrut

Legenda (objaśnienia):

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji są oznaczone wytłuszczonym drukiem

Jadłospis może ulec zmianie Zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016r. napoje przygotowywane na miejscu zawierają nie więcej niż 10 g cukrów w 250 ml produktu gotowego do spożycia