

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 09.03.2026 do 13.03.2026 r.

Poniedziałek 09.03.2026

Śniadanie

Mleko (**mleko**)

Składniki:

mleko (**mleko**),

Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**) z masłem (**mleko**), twarożek ziarnisty (**mleko i produkty pochodne**) z rzodkiewką i szczypiorkiem, papryka czerwona, ogórek zielony

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**)
- Masło (**mleko**)
- Twarożek ziarnisty (**mleko**)
- Rzodkiewka, szczypiorek, papryka czerwona, ogórek zielony pomidor, ogórek zielony

Pierwsze danie:

Krem z gruszki i pietruszki z grzankami graham (**pszenica**) na wywarze jarzynowym (**seler, mleko**),

Składniki:

- pietruszka, gruszka, **seler**, por, ziemniaki, natka pietruszki, śmietana 12% (**mleko**), olej, przyprawy

Cynamonki (**mleko, pszenica, jaja**), winogrono

Składniki:

- mąka (**pszenica**), **jaja**, **mleko**, drożdże, cukier, masło (**mleko**), cynamon
- winogrono

Drugie danie:

Łazanki (**pszenica**) z kiełbasą z szynki i kapustą, słupki marchewki

Składniki:

- Makaron z pszenicy durum (**pszenica**),
- Kapusta biała, kapusta, kiszona,
- kiełbasa wieprzowa z szynki,
- marchew

Świeżo wyciskany sok z jabłka i selera naciowego (**seler**)

Składniki:

- jabłko, **seler**

Wtorek 10.03.2026

Śniadanie:

Płatki kukurydziane na mleku (**mleko**)

Składniki:

- Mleko (**mleko**)
- Płatki kukurydziane

Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**), pasta z ciecierzycy z suszonymi pomidorami, rzodkiewka, ogórek kiszony

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**)
- Ciecierzycy, suszone pomidory w oleju z ziołami,
- Rzodkiewka, ogórek kiszony

Pierwsze danie:

Krem z zielonego groszku na wywarze jarzynowym (**seler, mleko**)

Składniki:

- Groszek zielony, ziemniaki, marchew, pietruszka, **seler**, por, natka pietruszki, przyprawy

Deser monte – wyrób własny (**mleko, orzeszki ziemne**), ¼ pomarańczy

Składniki:

- Twaróg mielony(**mleko**), jogurt naturalny (**mleko**),
- Kakao, masło orzechowe (**orzeszki ziemne**), miód
- Pomarańcz

Drugie danie:

Schab wieprzowy w sosie (**pszenica**), kasza gryczana niepalona, sałatka z buraczków ze szczypiorkiem, kompot z czarnej porzeczki

Składniki:

- Schab wieprzowy w sosie (**pszenica**), olej, przyprawy
- Kasza gryczana niepalona,
- Buraczki czerwone, szczypiorek, oliwa z oliwek, sól, pieprz czarny, sok z cytryny

Kompot z czarnej porzeczki

Składniki:

- Woda, czarna porzeczka, miód naturalny

Środa 11.03.2026

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**), parówka z szynki na gorąco, ogórek zielony, papryka czerwona, keczup

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**)
- Masło (**mleko**)
- Parówka z szynki
- Ogórek zielony, papryka czerwona, keczup

Pierwsze danie:

Ogórkowa na mięsie (**seler, mleko**)

Składniki:

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

Skyr naturalny (**mleko**) z musem mango i prażonym sezamem (**nasiona sezamu**)

Składniki:

- Skyr naturalny (**mleko**), mango, prażony sezam (**nasiona sezamu**),

Drugie danie:

Pulpety z indyka w sosie porowym (**pszenica, jajka**), ryż basmati z czerwoną soczewicą, fasolka szparagowa na parze z masłem (**mleko**)

Składniki:

- Filet z indyka, bułka pszenna (**pszenica**), **jaja**, olej, przyprawy, mąka (**pszenica**)
- Ryż basmati, czerwona soczewica,
- Fasolka szparagowa, masło (**mleko**)

Kompot wieloowocowy

Składniki:

- Woda, mieszanka kompotowa, miód naturalny

Czwartek 12.03.2026

Śniadanie

Kakao (**mleko**)

Składniki:

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

Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**) z masłem (**mleko**), omlet na maśle (**jaja, mleko**) ze szczypiorkiem, rzodkiewka, pomidor koktajlowy

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**), masło (**mleko**),
- **Jaja, mleko**, szczypiorek, olej, przyprawy
- Rzodkiewka, pomidor koktajlowy

Pierwsze danie:

Pomidorowa z ryżem na mięsie (**seler, mleko**)

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, ryż basmati, koncentrat pomidorowy, śmietana 12% (**mleko**), natka pietruszki, przyprawy

Banan

Składniki:

- Banan

Drugie danie:

Pierogi ruskie (**pszenica**, **jaja**, **mleko**) z jogurtem naturalnym (**mleko**), kalarepa do ręki

Składniki:

- Mąka (**pszenica**), **jajko**, twaróg (**mleko**), ziemniaki, cebula, przyprawy, olej
- Jogurt naturalny (**mleko**)
- Kalarepa

Woda z cytryną

Składniki:

- Woda, cytryna

Piątek 13.03.2026

Śniadanie:

Płatki jęczmienne na mleku (**mleko, jęczmień**)

Składniki:

- Mleko (**mleko**), płatki jęczmienne (**jęczmień**)

Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**) z masłem (**mleko**), pasta twarogowa z tuńczykiem (**mleko, ryby**) ze szczypiorkiem, ogórek kiszony, papryka czerwona

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**)
- Masło (**mleko**), twaróg (**mleko**), tuńczyk (**ryby**), jogurt naturalny (**mleko**), szczypiorek
- ogórek kiszony, papryka czerwona

Pierwsze danie:

Kalafiorowa z kalarepą na wywarze jarzynowym (seler, mleko),

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, natka pietruszki, kalafior, kalarepa, śmietanka 12% (**mleko**), olej, przyprawy

Pizzerki (**pszenica**) z szynką, sosem pomidorowym, papryką czerwoną i serem żółtym (**mleko**)

Składniki:

- Mąka (**pszenica**), drożdże, woda
- Krakowska sucha, ser żółty (**mleko**), papryka czerwona
- Koncentrat pomidorowy, cebula, czosnek, olej, przyprawy

Drugie danie:

Burgery z dorsza (**ryby, jaja, pszenica**), puree ziemniaczane ze szpinakiem (**mleko**), surówka z kapusty białej i czerwonej, napar z rumianku

Składniki:

- Dorsz (**ryby**), jajka (**jajka**), bułka pszenna i tarta (**pszenica**), olej, przyprawy
- Ziemniaki, masło (**mleko**), szpinak
- Kapusta biała, kapusta czerwona, cebula, olej, przyprawy

Napar z rumianku

Składniki:

- Rumianek

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