

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 16.03.2026 do 20.03.2026 r.

Poniedziałek 16.03.2026

Śniadanie

Mleko (**mleko**)

Składniki:

mleko (**mleko**),

Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**) z masłem (**mleko**), ser żółty (**mleko**), rukola, pomidor, ogórek zielony, kiełki rzodkiewki

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**)
- Masło (**mleko**)
- Ser żółty (**mleko**)
- Rukola, pomidor, ogórek zielony, kiełki rzodkiewki

Pierwsze danie:

Żurek z jajkiem i kielbasą na zakwasie (**seler, jaja, żyto**)

Składniki:

- pietruszka, gruszka, **seler**, por, ziemniaki, kielbasa z szynki wieprzowej, **jaja**, natka pietruszki, zakwas na żurek (**żyto**), olej, przyprawy

Melon żółty, ½ kiwi

Składniki:

- melon żółty
- ½ kiwi

Drugie danie:

Kaszotto z warzywami: kasza gryczana niepalona, kasza bulgur (**pszenica**), ciecierzycyca, pieczarki, cukinia, kalafior, papryka czerwona, cebula, czosnek

Składniki:

- Kasza gryczana niepalona, kasz bulgur (**pszenica**),
- Ciecierzycyca, pieczarki, cukinia, kalafior, papryka czerwona, cebula, czosnek, olej, przyprawy

Świeżo wyciskany sok z marchewki, jabłka i buraka

Składniki:

- marchew, jabłko, burak

Wtorek 17.03.2026

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**), **jajko**, sałata, rzodkiewka, papryka czerwona, szczypiorek

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**)
- Masło (**mleko**), **jajko**
- sałata, rzodkiewka, papryka czerwona, szczypiorek

Pierwsze danie:

Rosół drobiowy z makaronem (**seler, pszenica, jaja**),

Składniki:

- kurczak, marchew, pietruszka, **seler**, por, makaron krajanka (**pszenica, jaja**), natka pietruszki, przyprawy

Maślanka naturalna (**mleko**) z truskawkami

Składniki:

- Maślanka naturalna (**mleko**), truskawki

Drugie danie:

Kotlet panierowany z kurczaka (**pszenica, jaja**), ziemniaki z koperkiem, surówka z kalafiora z koperkiem i jogurtem naturalnym (**mleko**), surówka z marchewki z chrzanem i jogurtem naturalnym (**mleko**)

Składniki:

- Filet z kurczaka, **jajko**, bułka tarta (**pszenica**), olej, przyprawy
- Ziemniaki, koperek,
- Kalafior, jogurt naturalny (**mleko**), koperek, przyprawy
- Marchew, chrzan, jogurt naturalny (**mleko**), przyprawy

Kompot wieloowocowy

Składniki:

- Woda, mieszanka wieloowocowa, miód naturalny

Środa 18.03.2026

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**), pasztet pieczony drobiowo-warzywny (**seler**), ogórek kiszony, rzodkiewka

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**)
- Masło (**mleko**)
- Kurczak gotowany, marchew, **seler**, pietruszka, olej, przyprawy
- Ogórek kiszony, rzodkiewka

Pierwsze danie:

Kapuśniak z kapusty kiszonej na mięsie (**seler**)

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, kapusta kiszona, ziemniaki, kurczak, natka pietruszki, przyprawy

Kaszka manna (**pszenica**) na mleku (**mleko**) z jabłkiem pieczonym i cynamonem

Składniki:

- **Mleko**, kaszka manna (**pszenica**), jabłko, cynamon

Drugie danie:

Makaron kokardki (**pszenica**) z filetem z indyka, szpinakiem i serem feta (**mleko**)

Składniki:

- Makaron kokardki (**pszenica**), szpinak, cebula, czosnek, przyprawy
- Filet z indyka, olej, przyprawy
- Ser feta (**mleko**)

Kompot wiśniowy

Składniki:

- Woda, wiśnia, miód naturalny

Czwartek 19.03.2026

Śniadanie

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

Składniki:

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

Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**) z masłem (**mleko**), pasta twarogowa (**mleko**) z rzodkiewką i szczypiorkiem, pomidor malinowy, ogórek, szczypiorek

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**), masło (**mleko**),
- Twaróg (**mleko**), rzodkiewka, szczypiorek, jogurt naturalny (**mleko**)
- Pomidor malinowy, ogórek, szczypiorek

Pierwsze danie:

Krupnik jęczmienny na mięsie (**seler, mleko, jęczmień**)

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, kasza jęczmienna (**jęczmień**), ziemniaki, śmietana 12% (**mleko**), natka pietruszki, kurczak, przyprawy

Brownie z fasoli (**jaja**), ½ gruszki

Składniki:

- Fasola czerwona, daktyl, kakao, **jaja**, olej, banany, śliwki suszone, proszek do pieczenia
- Gruszka

Drugie danie:

Gołąbki zawijane z szynką wieprzową i ryżem w sosie pomidorowym (**pszenica**), ziemniaki z koperkiem

Składniki:

- Kapusta biała, szynka wieprzowa, ryż, cebula, olej, przyprawy, koncentrat pomidorowy, mąka (**pszenica**),
- Ziemniaki, koperek

Woda z grejpfrutem

Składniki:

- Woda, grejpfrut

Piątek 20.03.2026

Śniadanie:

Kakao (**mleko**)

Składniki:

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

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

Składniki:

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

Pierwsze danie:

Krem z buraka z kaszką manną (**seler, mleko, pszenica**) i prażonym słonecznikiem na wywarze jarzynowym

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, natka pietruszki, burak, kalarepa, kaszka manna (**pszenica**), słonecznik, śmietanka 12% (**mleko**), olej, przyprawy

Jogurt naturalny (**mleko**) z borówkami i prażonymi płatkami migdałów (**migdały**)

Składniki:

- Jogurt naturalny (**mleko**), borówki
- **Migdały**

Drugie danie:

Dorsz po grecku (**ryby**, **jaja**, **pszenica**, **seler**), ziemniaki z koperkiem, surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką,

Składniki:

- Dorsz (**ryby**), jajka (**jajka**), bułka tarta (**pszenica**), **seler**, pietruszka, marchewka, por, olej, przyprawy
- Ziemniaki, koperek
- Kapusta pekińska, kukurydza, papryka czerwona, szczypiorek, olej, przyprawy

Napar z melisy i pomarańczy

Składniki:

- Melisa, pomarańcz

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