

## Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 04.05.2026 do 08.05.2026 r. ....	2
Poniedziałek 04.05.2026.....	2
Śniadanie.....	2
Pierwsze danie: .....	2
Drugie danie:.....	3
Wtorek 05.05.2026 .....	4
Śniadanie:.....	4
Pierwsze danie: .....	4
Drugie danie:.....	5
Środa 06.05.2026 .....	6
Śniadanie .....	6
Pierwsze danie: .....	6
Drugie danie:.....	7
Czwartek 07.05.2026 .....	8
Śniadanie.....	8
Pierwsze danie: .....	8
Drugie danie:.....	9
Piątek 08.05.2026 .....	10
Śniadanie:.....	10
Pierwsze danie: .....	10
Drugie danie:.....	11
Legenda (objaśnienia):.....	12

---

## Jadłospis obowiązujący od 04.05.2026 do 08.05.2026 r.

### Poniedziałek 04.05.2026

#### Śniadanie

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

Składniki:

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

Pieczycwo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**) z masłem (**mleko**), żółty (**mleko**), rukola, papryka czerwona, pomidor, kiełki rzodkiewki

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**)
- Masło (**mleko**), ser żółty (**mleko**)
- rukola, papryka czerwona, pomidor, kiełki rzodkiewki

#### Pierwsze danie:

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

Składniki:

- ziemniaki, kiełbasa śląska z szynki, marchew, pietruszka, **seler**, por, **jajko**, natka pietruszki, zakwas na żur (**żyto**), śmietanka słodka 12% tłu. (**mleko**), olej, przyprawy

Banan

Składniki:

- Banan

## Drugie danie:

Racuchy drożdżowe z mąką orkiszową (**mleko, pszenica, orkisz, jaja**), mus jabłkowy, surówka z marchewki i rodzynek

Składniki:

- **Mleko**, mąka (**pszenica, orkisz**), **jaja**
- drożdże, cukier,
- Jabłko, cynamon
- Marchewka, rodzynki olej, sok z cytryny

Woda z grejpfrutem

Składniki:

- Woda, grejpfrut

---

## Wtorek 05.05.2026

### Śniadanie:

Płatki ryżowe na mleku (**mleko**)

Składniki:

- Mleko (**mleko**)
- Płatki ryżowe

Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**), pasta słonecznikowa - wyrób własny, pomidor malinowy, ogórek kiszony

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**)
- Słonecznik łuskany, suszone pomidory w zalewie, czosnek, cebula, natka pietruszki, sok z cytryny, przyprawy
- pomidor malinowy, ogórek kiszony

### Pierwsze danie:

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

Składniki:

- kurczak, marchew, kasza jęczmienna wiejska (**jęczmień**), pietruszka, **seler**, por, natka pietruszki, przyprawy

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

Składniki:

- jogurt naturalny (**mleko**), jagody, płatki migdałów (**migdały**)

## Drugie danie:

Kotlety panierowane z kurczaka (**pszenica, jaja**), ziemniaki z koperkiem, mizeria z jogurtem naturalnym (**mleko**), surówka z kolorowych warzyw (**seler**)

### Składniki:

- filet z kurczaka, **jajko**, bułka tarta (**pszenica**), olej, przyprawy
- ziemniaki, koperek, przyprawy
- ogórek zielony, jogurt naturalny (**mleko**), szczypiorek, przyprawy
- marchew, burak, **seler**, jabłko, sok z cytryny, natka pietruszki, oliwa, przyprawy

### Kompot wiśniowy

### Składniki:

- Woda, wiśnia

---

**Środa 06.05.2026**

## **Śniadanie**

Płatki kukurydziane na mleku (**mleko**)

Składniki:

- Mleko (**mleko**), płatki kukurydziane

Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**) z masłem (**mleko**), roszponka, twaróg w plastrach (**mleko**), rzodkiewka, papryka czerwona, szczypiorek

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**), masło (**mleko**)
- roszponka, twaróg w plastrach (**mleko**)
- rzodkiewka, papryka czerwona, szczypiorek

## **Pierwsze danie:**

Kalafiorowa na mięsie (**seler, mleko**)

Składniki:

- Kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, **seler**, por, kurczak, natka pietruszki, śmietanka słodka 12% (**mleko**), przyprawy

Melon żółty

Składniki:

- Melon żółty

## Drugie danie:

Kaszotto (**pszenica**) z mięsem z indyka i warzywami

Składniki:

- Filet z indyka, olej, przyprawy
- Kasza gryczana, kasza bulgur (**pszenica**)
- Dynia, brokuł, cukinia, papryka czerwona, groszek zielony, cebula, czosnek

Herbata owocowa

Składniki:

- Woda, herbata owocowa

---

## Czwartek 07.05.2026

### Śniadanie

Kawa zbożowa na mleku (**mleko, żyto, jęczmień**)

Składniki:

- Mleko (**mleko**), kawa zbożowa (**żyto, jęczmień**)

Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**) z masłem (**mleko**), filet z indyka pieczony, sałata, rzodkiewka, ogórek zielony, pomidor koktajlowy

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**pszenica, żyto**) i razowe (**pszenica, żyto**), masło (**mleko**)
- Filet z indyka, olej, przyprawy
- sałata, rzodkiewka, ogórek zielony, pomidor koktajlowy

### Pierwsze danie:

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

Składniki:

- Marchew, pieczarki, pietruszka, **seler**, makaron z pszenicy durum (**pszenica**), por, kurczak, natka pietruszki, śmietanka słodka 12% tł. (**mleko**), przyprawy

Paczki serowe pieczone (**mleko, jaja**)- wyrób własny, ¼ pomarańczy

Składniki:

- Twaróg (**mleko, jaja**), mąka (**pszenica**), cukier, sól
- Pomarańcza

## Drugie danie:

Fasolka po bretońsku z szynka wieprzową i marchewką, ziemniaki z koperkiem

Składniki:

- Fasola biały jaś, szynka wieprzowa, marchewka, cebula, koncentrat pomidorowy, olej, przyprawy
- ziemniaki z koperkiem

Kompot wieloowocowy

Składniki:

- Woda, mieszanka kompotowa

---

## Piątek 08.05.2026

### Śniadanie:

Kakao (**mleko**)

Składniki:

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

Salatka makaronowa (**pszenica**) z serem sałatkowym (**mleko**), ogórkiem, papryką czerwoną, kukurydzą, rzodkiewką, rukolą, szczypiorkiem i oliwą z oliwek

Składniki:

- Makaron z pszenicy durum (**pszenica**), ser sałatkowy (**mleko**), ogórek zielony, papryka czerwona, rzodkiewka, kukurydza, rukola, szczypiorek, oliwa z oliwek extra virgin

### Pierwsze danie:

Zupa minestore z fasolką szparagową, cukinią, pomidorami, groszkiem zielonym i ryżem wywarze jarzynowym (**seler, mleko**)

Składniki:

- Fasolka szparagowa, cukinia, groszek zielony, ryż, marchew, por, jabłko, pietruszka, **seler**, natka pietruszki, śmietanka 12% (**mleko**), olej, przyprawy

Budyń z kaszy jaglanej na mleku (**mleko**) z masłem orzechowym (**orzeszki ziemne**), kakao, daktylami z musem brzoskwiniowym

Składniki:

- Mleko (**mleko**), kasza jaglana, masło orzechowe (**orzeszki ziemne**), kakao, daktyle, brzoskwinie

## Drugie danie:

Burgery z dorsza (**ryby, pszenica, jaja**), ziemniaki pieczone, surówka z czerwonej i białek kapusty

Składniki:

- Dorsz atlantycki (**ryby**), **jajko**, bułka pszenna i tarta (**pszenica**), olej, przyprawy
- Ziemniaki, olej przyprawy
- Kapusta czerwona, kapusta biała, szczypiorek, oliwa z oliwek, przyprawy

Kompot z czarnej porzeczki

Składniki:

- Czarna porzeczka, woda

---

## 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