

JADŁOSPIS TYGODNIOWY

PONIEDZIAŁEK (22.06.2026)

ŚNIADANIE: kawa **zbożowa** na **mleku** (200g), pieczywo **pszenno-żytnie** z **masłem**, parówki z szynki (może zawierać: **soję, seler, gorczycę, mleko**), ketchup pomidorowy, serek kanapkowy śmietankowy (zawiera **mleko**), **ser** żółty, sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (80g)

ŚNIADANIE 2: mus warzywno-owocowy (100g)

OBIAD: zupa buraczkowa (250g – zawiera: **seler, mleko**; może zawierać: **jaja, soję, gorczycę i orzeszki ziemne**)

II DANIE (250g): schab a'la strogonow (może zawierać: **jaja, mleko, soję, gorczycę, seler i orzeszki ziemne**), puree ziemniaczane (zawiera **mleko**), surówka z **selera** na **jogurcie**, woda (200g)

PODWIECZOREK: budyń waniliowy na **mleku** z sosem czekoladowym (150g - może zawierać: **orzeszki arachidowe i inne orzechy, gluten, sezam, soję, mleko i gorczycę**), chipsy **orkiszowe**

PRZEGRYZKA: warzywa i owoce mieszane (80g)

WTOREK (23.06.2026)

ŚNIADANIE: płatki owsiane na **mleku** (200g – zawiera **gluten**), pieczywo **pszenno-żytnie** z **masłem**, wędlina – schab pieczony (może zawierać **jaja, mleko, soję, gorczycę, seler i orzeszki ziemne**), miód, sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (80g)

ŚNIADANIE 2: truskawki (110g)

OBIAD: zupa fasolowa (250g – zawiera: **seler, soję** może zawierać: **gluten, jaja, mleko** łącznie z **laktozą, gorczycę, orzeszki ziemne, dwutlenek siarki i siarczyny**)

II DANIE (270g): drobiowy kotlet pożarski z pieca (zawiera: **gluten, jaja, mleko**; może zawierać: **soję, gorczycę, seler, orzeszki ziemne**), ziemniaki puree (zawiera **mleko**), surówka z kalafiora na **jogurcie**, woda (200g)

PODWIECZOREK: sakiewki jabłkowe (30g – zawiera **gluten, mleko, jaja**, może zawierać: **sezam, soję, łubin, orzechy, orzeszki arachidowe**), mleko (150g)

PRZEGRYZKA: warzywa i owoce mieszane (80g)

ŚRODA (24.06.2026)

ŚNIADANIE: kakao na **mleku** (200g), bułki **pszenne i graham** z **masłem**, wędlina – krakowska parzona (zawiera **gluten**, może zawierać: **mleko, jaja, seler i gorczycę**), **ser** żółty, sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (80g)

ŚNIADANIE 2: banan (90g)

OBIAD: zupa pomidorowa z makaronem (250g – zawiera **seler, mleko, gluten**; może zawierać: **jaja, soję, gorczycę i orzeszki ziemne**)

II DANIE (270g): kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ryżem (może zawierać: **jaja, mleko, soję, gorczycę, seler i gluten**), ogórek w słupkach, woda (200g)

PODWIECZOREK: domowe danio na **twarogu i jogurcie** (150g – może zawierać **gluten**), chrupki kukurydziane

PRZEGRYZKA: warzywa i owoce mieszane (80g)

CZWARTEK (25.06.2026)

ŚNIADANIE: płatki kukurydziane na **mleku** (200g – może zawierać **soję**), pieczywo **pszenno-żytnie** z **masłem**, dżem 100% owoców, **ser** żółty ogórek, rzodkiewka, pomidor (70g)

ŚNIADANIE 2: gruszka (90g)

OBIAD: zupa jarzynowa z brukselką (250g – zawiera: **seler**; może zawierać: **jaja, mleko, soję, gluten, gorczycę i orzeszki ziemne**)

II DANIE (280g): zraziki wołowo-wieprzowe bez zawijania z pieca (zawiera: **gluten, jaja, soję, mleko**, może zawierać: **gorczycę, seler, orzeszki ziemne, dwutlenek siarki i siarczyny**), kasza gryczana prażona (może zawierać **gluten**), surówka z buraczków, woda (200g)

PODWIECZOREK: placki z bananem (80g – zawiera **gluten, jaja, mleko**), kawa **zbożowa** na **mleku** (150g)

PRZEGRYZKA: warzywa i owoce mieszane (80g)

PIĄTEK (26.06.2026)

ŚNIADANIE: bawarka (200g – zawiera **mleko**), pieczywo **pszenno-żytnie** z **masłem**, **jajko** z majonezem (zawiera **gorczycę**), **ser** żółty, sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (70g)

ŚNIADANIE 2: morele (110g)

OBIAD: krem z białych warzyw (250g – zawiera: **seler**; może zawierać: **jaja, mleko, soję, gorczycę i orzeszki ziemne**)

II DANIE (270g):): filet z **łososia** z pieca (może zawierać: **mleko, jaja, soję, gorczycę, seler, orzeszki ziemne**), ziemniaki, surówka młodej kapusty i ogórka z sosem winegret (może zawierać **jaja, mleko, soję, gorczycę, seler, orzeszki ziemne**), woda (200g)

PODWIECZOREK: jagodowe ptasie mleczko na **jogurcie** (150g – może zawierać: **gluten**)

PRZEGRYZKA: warzywa i owoce mieszane (80g)

* informujemy, że z przyczyn niezależnych jadłospis może ulec zmianie