

📅 01.09.2026 Wtorek

Śniadanie

Płatki kukurydziane na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, płatki kukurydziane

Bułka z szynką wiejską, pomidorem i ogórkiem zielonym

Składniki: bułka grahamka, szynka wiejska, pomidor, ogórek zielony, masło ekstra (z **mleka**)

Herbata owocowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata owocowa

Woda- bez ograniczeń

Śniadanie II

Jabłko

Obiad

Krupnik zabielaany z ziemniakami na wywarze mięsny.

Składniki: woda, włoszczyzna (march. pietr. **seler** por), ziemniaki, groszek zielony, śmietana 18% (z **mleka**), mięso z piersi indyka, bez skóry, kasza **jęczmienna**, pieczak, cebula, oliwa z oliwek, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie

Makaron z twarogiem i musem malinowym

Składniki: maliny, ser twarogowy tłusty (z **mleka**), makaron **pszenny** czterojajeczny, śmietana 18% (z **mleka**), cukier

Marchewka słupek do pochrupania

Składniki: marchew

Kompot-wyrób własny

Podwieczorek

Koktajl jogurtowo-kefirowy na czarnych jagodach , wafle ryżowe

Składniki: kefir, 2% tłuszczu (z **mleka**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), czarne jagody, wafle ryżowe, cukier

📅 02.09.2026 Środa

Śniadanie

Płatki orkiszowe na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, płatki **orkiszowe** (**pszenica**), figi

Kanapka z pastą z serka białego, rzodkiewki i szczypiorku, ogórek zielony

Składniki: chleb **pszemno-żytni**, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), rzodkiewka, ogórek zielony, śmietana 12% (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**), szczypiorek

Herbata malinowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata malinowa

Woda- bez ograniczeń

Śniadanie II

Nektarynka

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem.

Składniki: woda, włoszczyzna (march. pietr. **seler** por), pomidor, makaron dwujajeczny z semoliny (**pszenica**), śmietana 18% (z **mleka**), koncentrat pomidorowy, 30%, oliwa z oliwek, cebula, liść laurowy, łubczyk suszony, natka pietruszki, ziele angielskie, pieprz

Sznycelek pieczony na parze z ziemniakami

Składniki: ziemniaki, mięso z podudzia indyka, bez skóry, **jaja** kurze całe, bułka **pszenna** (**żyto**, **jęczmień**, **owies**), cebula, oliwa z oliwek, majeranek, bułka tarta (**pszenica**), pieprz, sól o obn. zaw. sodu

Surówka z buraczką i jabłką

Składniki: burak, jabłko, oliwa z oliwek, cebula, cytryna

Brokuły na parze

Składniki: brokuły

Lemoniada z pomarańczy i cytryny

Składniki: woda, pomarańcza, cytryna

Podwieczorek

Budyń jaglany z bananem i malinami

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, maliny, mrożone, banan, kasza jagłana

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

📅 03.09.2026 Czwartek

Śniadanie

Morelowa owsianka na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, płatki **owsiane**, morele

Bułka grahamka z humusem z ciecierzycy i suszonych pomidorów z dodatkiem papryki

Składniki: bułka grahamka, papryka kolorowa, ciecierzycza, pomidory suszone w oleju, oliwa z oliwek, masło ekstra (z **mleka**), czosnek, szczypiorek

Herbata z aronii, bez cukru

Składniki: woda, herbata z aronii

Woda- bez ograniczeń

Śniadanie II

Banan

Obiad

Zupa z zielonego groszku z grzankami

Składniki: woda, groszek zielony, włoszczyzna (march. pietr. **seler** por), bułka **pszenna** (**żyto**, **jęczmień**, **owies**), śmietana 18% (z **mleka**), oliwa z oliwek, natka pietruszki, łubczyk suszony, pieprz

Spaghetti bolognese

Składniki: mięso z piersi indyka, bez skóry, makaron **pszenny** dwujajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, marchew, passata pomidorowa, cebula, oliwa z oliwek, przecier pomidorowy, natka pietruszki, bazylija suszona, oregano suszone

Surówka z selera z jabłkiem i rodzynkami

Składniki: **seler** korzeniowy, jabłko, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), rodzyinki, suszone, cukier, cytryna

Mini marchewka na parze

Składniki: mini marchewki

Woda z pomarańczą i cytryną

Składniki: woda, pomarańcza, cytryna

Podwieczorek

Kisiel brzoskwiniowy do picia.

Składniki: woda, brzoskwinia, skrobia ziemniaczana, mąka **pszenna**, typ 450

📅 04.09.2026 Piątek

Śniadanie

Klusieczki lane na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 500, daktyle suszone

Kanapka z pieczywa mieszanego z serem mozzarella, rzodkiewka i ogórek zielony

Składniki: chleb **pszemno-żytni**, ser mozzarella (z **mleka**), ogórek zielony, rzodkiewka, masło ekstra (z **mleka**)

Herbata malinowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata malinowa

Woda- bez ograniczeń

Śniadanie II

Brzoskwinia

Obiad

Zupa jarzynowa z drobnym makaronem

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, makaron dwujajeczny z semoliny (**pszenica**), por, masło ekstra (z **mleka**), ziola prowansalskie, natka pietruszki, sól biała, pieprz

Ryba po grecku z pieczonymi ziemniaczkami

Składniki: ziemniaki, **dorsz** świeży (**ryba**), włoszczyzna (march. pietr. **seler** por), oliwa z oliwek, tymianek, oregano suszone

Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem marchewki i jabłka

Składniki: kapusta kiszona, marchew, jabłko, słonecznik, nasiona, oliwa z oliwek, pieprz, cukier

Ogórek kiszony słupek

Składniki: ogórek kiszony

Kompot-wyrób własny

Podwieczorek

Kanapka z pastą paprykową

Składniki: papryka czerwona, chleb **pszemno-żytni**, marchew, pietruszka, korzeń, cebula, masło ekstra (z **mleka**)

Herbata truskawkowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata truskawkowa



 07.09.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Płatki jęczmienne na mleku z nutką daktylową

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, płatki **jęczmienne** , daktyle suszone

Pieczywo mieszane z pastą rybną,szczypiorkiem i papryką kolorową

Składniki: chleb **pszemno-żytni**, **dorsz** świeży (**ryba**), papryka kolorowa, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), czosnek, szczypiorek, zioła prowansalskie

Herbata wiśniowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata wiśniowa

Woda- bez ograniczeń

Śniadanie II

Gruszka

Obiad

Zupa gulaszowa z ziemniakami

Składniki: włoszczyzna (march. piotr. **seler** por), ziemniaki, mięso z podudzia indyka, ze skórą, śmietana 12% (z **mleka**), oliwa z oliwek, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, lubczyk suszony, ziele angielskie, liść laurowy

Ryż zapiekany z jabłkami i sosem jogurtowo-waniliowym

Składniki: jabłko, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), ryż brązowy, **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, cukier, cynamon, cukier z prawdziwą wanilią

Kompot-wyrób własny Kalarepka/Marchewka do pochrupania

Składniki: kalarepa, marchew

Podwieczorek

Koktajl jogurtowo-kefirowy z dodatkiem brzoskwini , wafle kukurydziane

Składniki: kefir, 2% tłuszczu (z **mleka**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), brzoskwinia, chrupki kukurydziane, cukier

 08.09.2026

Wtorek

Śniadanie

Kasza kuskus na mleku z musem morelowym

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, kasza kuskus (**pszenica**), morele

Pieczywo mieszane z pastą jajeczną, ogórkiem zielonym i sałatą rzymską

Składniki: chleb **pszemno-żytni**, **jaja** kurze całe, sałata rzymska, ogórek zielony, masło ekstra (z **mleka**), majonez (**jaja**, **gorczyca**), szczypiorek

Herbata owocowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata owocowa

Woda- bez ograniczeń

Śniadanie II

Brzoskwinia

Obiad

Zupa z fasolki szparagowej z makaronem

Składniki: woda, fasolka szparagowa, mrożona, włoszczyzna (march. piotr. **seler** por), makaron dwujajeczny z semoliny (**pszenica**), śmietana 12% (z **mleka**), oliwa z oliwek, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk suszony, natka pietruszki

Kaszotto z piersi z indyka i warzywami

Składniki: mięso z piersi indyka, bez skóry, kasza **jęczmienna**, perłowa, włoszczyzna (march. piotr. **seler** por), cebula, olej rzepakowy uniwersalny, mąka **pszenna**, typ 500, koperek, natka pietruszki

Mizeria

Składniki: ogórek zielony, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), koperek, cukier, sól o obn. zaw. sodu

Mini marchewka na parze

Składniki: mini marchewki

Woda z pomarańczą i cytryną

Składniki: woda, pomarańcza, cytryna

Podwieczorek

Biszkopt (wyrób własny) z konfiturą 100% , kawa zbożowa

Składniki: **jaja** kurze całe, konfitura truskawkowa, mąka **pszenna**, typ 500, cukier, proszek do pieczenia (**pszenica**)

 09.09.2026

Środa

Śniadanie

Ryż na mleku z kleksem żurawinowym

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, ryż biały, żurawina suszona

Kanapka z pastą z awokado i szynki, papryka, rzodkiewka

Składniki: chleb **pszemno-żytni**, awokado, rzodkiewka, chleb graham (**pszenica**, **żyto**, **jęczmień**, **owies**), papryka kolorowa, szynka z piersi kurczaka, masło ekstra (z **mleka**), oliwa z oliwek, czosnek, szczypiorek

Herbata malinowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata malinowa

Woda- bez ograniczeń

Śniadanie II

Śliwki

Obiad

Barszczyk czerwony zabielały z ziemniakami

Składniki: woda, burak, włoszczyzna (march. piotr. **seler** por), ziemniaki, śmietana 18% (z **mleka**), oliwa z oliwek, koperek, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy

Krażki jabłkowe w cieście z musem truskawkowym

Składniki: jabłko, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, truskawki, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, soda oczyszczona

Kompot-wyrób własny Kalarepka do pochrupania

Składniki: kalarepa

Podwieczorek

Bułka z pastą warzywno-mięsną , ogórek zielony , herbata malinkowa

Składniki: herbata malinowa, włoszczyzna (march. piotr. **seler** por), bułka grahamka, ogórek zielony, szynka z indyka, masło ekstra (z **mleka**), oliwa z oliwek, szczypiorek

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

 10.09.2026

Czwartek

Śniadanie

Kakao na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, kakao

Chałka (wyrób własny) z masłem,konfiturą malinową

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, masło ekstra (z **mleka**), konfitura malinowa, cukier, **jaja** kurze całe, drożdże piekarskie, prasowane, sól o obn. zaw. sodu

Woda- bez ograniczeń

Śniadanie II

Nektarynka

Obiad

Zupa ogórkowa na wywarze warzywnym z ryżem

Składniki: ogórek kiszony, włoszczyzna (march. piotr. **seler** por), ryż biały, śmietana 18% (z **mleka**), liść laurowy, ziele angielskie, czosnek, natka pietruszki, koperek

Stripsy indycze z pieczonymi ziemniaczkami

Składniki: ziemniaki, mięso z piersi indyka, bez skóry, bułka tarta (**pszenica**), mąka **pszenna**, typ 500, **jaja** kurze całe, czosnek, sól o obn. zaw. sodu, papryka słodka, majeranek, pieprz, imbir suszony mielony

Surówka Colesław

Składniki: kapusta biała młoda, marchew, majonez (**jaja**, **gorczyca**), kukurydza, konserwowa

Brokuły na parze

Składniki: brokuły

Lemoniada z pomarańczy i cytryny

Składniki: woda, pomarańcza, cytryna

Podwieczorek

Kisiel brzoskwiniowy z musem jogurtowo-bananowym

Składniki: brzoskwinia, banan, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), skrobia ziemniaczana, herbatniki (**pszenica**, **mleko**)

 11.09.2026

Piątek

Śniadanie

Drobny makaron na mleku z dodatkiem moreli

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, makaron dwujajeczny z semoliny (**pszenica**), morele

Kanapka z pieczywa mieszanego z serem żółtym,roszponką/pomidor malinowy

Składniki: chleb **pszemno-żytni**, ser gouda-tłusty (z **mleka**), roszponka, pomidor, masło ekstra (z **mleka**)

Herbata owoce lasu, bez cukru

Składniki: woda, herbata owoce lasu

Woda- bez ograniczeń

Śniadanie II

Banan

Obiad

Zupa gołąbkowa

Składniki: kapusta biała, marchew, pomidory w puszcze krojone, mięso z podudzia indyka, bez skóry, pietruszka, korzeń, ryż biały, cebula, przecier pomidorowy, olej rzepakowy uniwersalny, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka, majeranek, pieprz

Pulpety z dorsza w sosie pomidorowym z kaszą bulgur

Składniki: **dorsz** świeży, filety bez skóry (**ryba**), kasza bulgur (**pszenica**), bułki **pszenne** zwykłe, koncentrat pomidorowy, 30%, śmietana 18% (z **mleka**), **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, czosnek, szczypiorek, natka pietruszki, koperek, pieprz, sól o obn. zaw. sodu

Prosta surówka

Składniki: kapusta kiszona, ogórek kiszony, papryka czerwona, oliwa z oliwek, cebula czerwona, pieprz, kmin rzymski

Lemoniada z pomarańczy i cytryny

Składniki: woda, pomarańcza, cytryna

Podwieczorek

Pudding ryżowy ze świeżymi sezonowymi owocami

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, ryż, cukier, masło ekstra (z **mleka**), truskawki, borówki, maliny

