

JADŁOSPIS

14-18.04.2025

PONIEDZIAŁEK - 1062 KCAL	
ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none">• Pieczywo mieszane, masło, ser gouda, ogórek zielony / dżem niskosłodzony 100g• Herbata wiśniowa 200ml <i>Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ser- mleko, ogórek zielony, dżem niskosłodzony</i>
II ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none">• Jabłko 100g
OBIAD	<ul style="list-style-type: none">• Zupa brokułowa z zacierką 300ml• Gulasz z indyka z warzywami 80g/20g, kasza kus-kus 100g• Woda 200ml <i>Skład: brokuły, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18% - mleko, zacierka: gluten, jaja; mięso z indyka, marchewka, pietruszka, kasza-gluten</i>
PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none">• Bułka grahamka, masło, ser biały, rzodkiewka 70g <i>Skład: pieczywo - gluten, masło 82% - mleko, ser - mleko, rzodkiewka</i>
II PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none">• Pomarańcza

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

JADŁOSPIS

14-18.04.2025

WTOREK- 1097 KCAL	
ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none">• Pieczywo słonecznikowe, masło, pasta z tuńczyka i sera ze szczypiorkiem / polędwica z kurcząt, pomidor 100g• Herbata owocowa 200ml <i>Skład: pieczywo - gluten, masło 82% - mleko, tuńczyk - ryba, ser - mleko, mięso z kurcząt 90%, szczypiorek, pomidor</i>
II ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none">• Owoc sezonowy
OBIAD	<ul style="list-style-type: none">• Zupa ogórkowa z ryżem 300ml• Jajko w sosie koperkowym 80g/20g, ziemniaki 100g, marchewka z groszkiem zielonym 70g• Woda 200ml <i>Skład: ogórki kiszane, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18% - mleko, ryż; jajko, koperek, mąka - gluten, śmietana 18% - mleko, ziemniaki, marchewka, groszek zielony</i>
PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none">• Wyrób własny - Ciasto ucierane z porzeczkami 1 szt. <i>Skład: mąka - gluten, jajko, olej, owoce</i>
II PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none">• Truskawka

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

JADŁOSPIS

14-18.04.2025

ŚRODA - 1114 KCAL	
ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none">• Śniadanie Wielkanocne: Pieczywo pszenno-żytnie, szynka drobiowa, jajko, rzodkiewka, szczypiorek, pomidor koktajlowy, sałata, chrzan, majonez 200g• Herbata malinowa 200ml <i>Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, szynka drobiowa, jajko, rzodkiewka, szczypiorek, chrzan, sałata, majone-, mleko</i>
II ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none">• Owoc sezonowy
OBIAD	<ul style="list-style-type: none">• Krem z buraków z grzankami 300ml• Ryż z kurkumą i sosem meksykańskim 200g• Woda 200ml <i>Skład: buraki, śmietana 18%- mleko, mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki- gluten; ryż, mięso wieprzowe, warzywa, fasolka czerwona, kukurydza, pomidory</i>
PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none">• Wyrób własny - Jogurt truskawkowy 100ml• Pieczywo chrupkie 2szt. <i>Skład: jogurt naturalny - mleko, truskawki, pieczywo chrupkie - gluten</i>
II PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none">• Banan

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

JADŁOSPIS

14-18.04.2025

CZWARTEK - 1190 KCAL	
ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none">• Płatki miodowe z mlekiem 150ml• Kanapeczka warzywna - pieczywo mieszane, masło, ogórek zielony, pomidor, sałata 50g• Herbata owocowa 200ml <p><i>Skład: płatki miodowe - gluten, mleko, pieczywo - gluten, masło 82% - mleko, ogórek zielony, pomidor, sałata</i></p>
II ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none">• Banan 1/2
OBIAD	<ul style="list-style-type: none">• Zupa wielowarzywna z natką pietruszki 300ml• Kotlet drobiowy w panierce 80g, ziemniaki 100g, surówka colesław 70g• Woda 200ml <p><i>Skład: kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, śmietana 18% - mleko, mleko, przyprawy ziołowe, ziemniaki, natka pietruszki; filec drobiowy, bułka tarta - gluten, ziemniaki, kapusta biała, marchewka, jogurt naturalny - mleko</i></p>
PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none">• Budyń śmietankowy 200ml• Truskawki 50g <p><i>Skład: mleko, wanilia, mąka ziemniaczana, truskawki</i></p>
II PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none">• Jabłko

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

JADŁOSPIS

14-18.04.2025

PIĄTEK - 1070 KCAL	
ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none">• Pieczywo graham, masło, kiełbasa krakowska, papryka / ser salami, rzodkiewka 100g• Kawa zbożowa 200ml <i>Skład: pieczywo - gluten, masło 82% - mleko, mięso wieprzowe 146g/100g, ser - mleko, papryka, rzodkiewka, kawa zbożowa - gluten, mleko</i>
II ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none">• Jabłko 100g
OBIAD	<ul style="list-style-type: none">• Zupa ziemniaczana 300ml• Naleśniki z serem białym 160g• Woda 200ml <i>Skład: marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, ziemniaki; naleśniki: mąka - gluten, jajko, mleko; ser - mleko</i>
PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none">• Wyrób własny - Paluch drożdżowy z czarnuszką 1szt.• Sok pomidorowy 100ml <i>Skład: mąka - gluten, drożdże, jajko, mleko, masło 82% - mleko, czarnuszka, sok pomidorowy</i>
II PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none">• Banan

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym