Jadłospis

Poniedziałek

Z. pomidorowa z ryżem i koperkiem zabielana **śmietaną**, **pieczywo**, kotlet wieprzowo pieczony(szynka b/k, **jajka**, cebula, bułka **pszenna,** płatki kukurydzane, olej, przyprawy), ziemniaki, surówka wielowarzywna(sałata lodowa, pomidor, ogórek świeży, papryka, pestki dyni prażone sos (olej, musztarda, sok z cytryny, przyprawy) kompot wieloowocowy, nektarynka

A1; A7; A3; A10; A9

Wtorek

Zupa kalafiorowa z ziemniakami, zaprawiana **śmietaną** z natką pietruszki, **pieczywo** razowe. Schab duszony w sosie pieczeniowym(schab b/k, olej, przypraw) sos(cebula, mąka **pszenna**, olej, przyprawy) kasza gryczana prażona**,** surówka(pekinka, jabłko, marchew, żurawina suszona, olej, **majonez**, musztarda, sok z cytryny, przyprawy), sok pomarańcza.

A1; A7; A9; A10

Środa

Zupa fasolowa z ziemniakami, **pieczywo** wiejskie.
Makaron z serem białym i śmietaną (**makaron razowy**, **twaróg mieszany**, **śmietana** 18%, **jogurt naturalny** 3%, cukier), **mleko** czekoladowe, musik owocowy

A1; A7; A9; A10

CZWARTEK

Zupa z ogórka kiszonego z ziemniakami i **śmietaną**, **pieczywo** razowe
Podudzie z kurczaka pieczone, kasza **kuskus**, surówka, (sałata masłowa, rzodkiewka, szczypiorek, sos **jogurtowo- śmietanowy**, przyprawy) kompot wieloowocowy, owoc.

A1; A7; A9: A10

PIĄTEK

Zupa jarzynowa z **zacierką** i koperkiem, **pieczywo** wiejskie.
Miruna pieczona saute(filet **rybny** z miruny, mąka **pszenna**, olej przyprawy), ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty(kapusta czerwona, jabłko, prażone pestki słonecznika, sok z cytryny, olej, przyprawy), woda z cytryną, paluszek **serowy**.

A1; A4; A7; A9; A10

Sporządziła- Lucyna Łukianiuk- zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 24 czerwca 2015 i po zmianach z 26 lipca 2016 roku

Pogrubioną czcionką są wyodrębnione produkty, które mogą powodować alergie lub reakcje nietolerancji.

Jadłospis może ulec zmianie

Jadłospis

Woda do picia do każdego posiłku

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 15.06.2026	**Makaron** gwizdki na **mleku** 2% Kanapki; **Pieczywo** wiejskie, **masło 82%**, wędlina, rzodkiewka, herbata z cytryną, pół jabłka	Z. pomidorowa **z ryżem** i koperkiem zabielana **śmietaną**, kotlet wieprzowo pieczony(szynka b/k, **jajka**, cebula, bułka **pszenna,** płatki kukurydzane, olej, przyprawy), ziemniaki, surówka (sałata lodowa, pomidor, ogórek świeży, papryka, pestki dyni prażone) sos (olej, musztarda, sok z cytryny, przyprawy) kompot wieloowocowy,	Ciastka owsiane, maślanka truskawkowa(**maślanka naturalna**, truskawka) kalarepka do chrupania, dieta herbata.
Alergeny	A1; A7	A1; A3; A7; A9: A10	A1; A7
	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Wtorek 16.06.2026	Jogurt bananowy(**jogurt naturalny** 3%, banan), płatki kukurydzane Kanaka: **pieczywo razowe**, **masło 82%,** pasta **rybna**(makrela, cebulka zielona) ogórek kiszony, pół gruszki, herbata z cytryną. .	Z. kalafiorowa z ziemniakami, **śmietaną** i natką pietruszki**,** schab duszony w sosie pieczeniowym(schab b/k, olej, przypraw) sos(mąka **pszenna**, cebula, olej, przyprawy), kasza gryczana prażona, surówka (pekinka, jabłko, marchew, żurawina suszona, olej, **majonez**, musztarda, sok z cytryny, przyprawy) sok jabłkowy.	**Bagietka, serek** ziarnisty z owocami, herbatka owocowa. Dieta **bagietka** mus owocowy.
Alergeny	A1; A7; A4	A1; A7 A9: A10	A7; A1
	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Środa 17.06.2026	**Mleko** 2%, płatki owsiane, żurawina suszona Kanapka. chleb **wiejski**, **masło** 82%, pasta (**jajka**, szczypiorek, **majonez**), rzodkiewka herbata owocowa, pół owocu	Zupa fasolowa z ziemniakami. Makaron z serem białym (**makaron razowy**, **twaróg mieszany**, **jogurt naturalny**, **śmietana** 18%, cukier), sok marchewkowy, kalarepka do chrupania, dieta mus truskawkowym	Bułka **pszenna**, **masło** 82%, parówka na gorąco, pomidorki koktajlowe, winogron herbata owocowa
Alergeny	A1; A3; A7	A1; A7; A9; A10	A1; A7: A10

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Czwartek 18.06.2026	Kanapki; pieczywo **razowe**, **masło** 82% wędlina, **ser** kanapkowy, papryka, kawa (**mleko**, kawa inka, cukier), mandarynka, dieta herbata	Zupa z ogórka kiszonego z ziemniakami i **śmietaną** Podudzie z kurczaka pieczone, kasza **kuskus**, surówka wiosenna(sałata masłowa, rzodkiewka, szczypior, sos **jogurtowo- śmietany**, przyprawy), kompot wieloowocowy.	**Bagietka** z **masłem** i **serem** żółtym, kakao z **mlekiem** i cukrem, ogórek słupki, ćwiartka owocu, dieta kanapka z wędliną, herbata
Alergeny	A1; A7	A1; A7; A9: A10	A1; A7:
	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Piątek 19.06.2026	Kanapki; bułka **grahamka** z **masłem 82%**, wędlina, ogórek sałatkowy, rzodkiewka, kawa z mlekiem(**mleko 2%,** kawa inka, cukier), pół banana, dieta herbata owocowa	Zupa jarzynowa **zacierką** i koperkiem. Miruna pieczona saute(filet **rybny** z miruny, mąka **pszenna**, olej, przyprawy), ziemniaki, surówka (kapusta czerwona, jabłko, prażone pestki słonecznika, olej, sok z cytryny, przyprawy), woda z miodem i cytryną.	Mus jabłkowy(jabłka, sok z cytryny,) ciastka **herbatniki**, **mleko,** marchewka do chrupania, dieta herbata
Alergeny	A1; A7: A10	A1; A4; A7; A9; A10	A1; A7

Sporządziła- Lucyna Łukianiuk- zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 24 czerwca 2015 i po zmianach z 26 lipca 2016 roku. **Pogrubioną czcionką są wyodrębnione produkty, które mogą powodować alergie lub reakcje nietolerancji.** Jadłospis może ulec zmianie *Wyrób własny