JADŁOSPIS

Poniedziałek 16.11.2026

ŚNIADANIE:

Herbata z cytryną - 200 ml,

chleb (**mąka pszenna, żytnia, graham**) - 3 rodz., bułka kajzerka (**mąka pszenna)** - 1 szt, bułka grahamka (**mąka graham**) - 1 szt,

masło (z **mleka**) - 2 dag,

margaryna roślinna (oleje roślinne – rzepakowy, słonecznikowy, woda, tłuszcz kokosowy, emulgator – lecytyna słonecznikowa, aromat, barwnik – karoten, witaminy – A, D),

ser żółty (z **mleka**) - 5 dag,

wędlina (szynka wieprzowa, sól, przyprawy naturalne, cukier, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka niejadalna produkt bezglutenowy) - 5 dag,

serki topione (z **mleka**) – 5 dag,

serki twarożkowe - (z **mleka**) - 5 dag,

pomidor - 5 dag,

pasta hummus wyrób własny (ciecierzyca, oliwa, czosnek),

pasta warzywna wyrób własny (pomidory, ciecierzyca, czosnek, oliwa),

ketchup, dżem, miód, **mleko**,

płatki kukurydziane (kukurydza 93%, cukier, sól, witaminy: niacyna, kwas pantotenowy, witamina B6, ryboflawina, tiamina, kwas foliowy, biotyna, witamina B12) oraz owoce

OBIAD:

Zupa z brukselki* - 300 ml, kurczak - 10 dag w sosie curry*, ryż paraboliczny* - 30 dag, surówka z białej kapusty* - 12 dag, kompot owocowy - 200 ml oraz owoce

Poniedziałek 16.11.2026

Składniki:

woda, brukselka, marchew, cebula, **seler**, por, pietruszka, natka pietruszki, koperek, ziemniaki, śmietana (z **mleka**),

filet z piersi kurczaka, cebula, **mąka pszenna**, śmietana (z **mleka**), olej, przyprawy,

ryż paraboliczny,

kapusta biała, cebula, marchew, por, jabłka, kukurydza, koperek, majonez (**jaja**, **gorczyca**) ,

woda, owoce mrożone, owoce świeże

KOLACJA:

Herbata z cytryną - 200 ml,

Pieczywo mieszane **(mąka pszenna, żytnia, mąka graham**),

masło (z **mleka**) - 2 dag,

ser żółty* (z **mleka**) – 5 dag,

wędlina (szynka wieprzowa, sól, glukoza, aromaty, białko wieprzowe, ekstrakty przypraw, błonniki roślinne, może zawierać **gorczycę, mleko, seler**, **soję,** zboża zawierające **gluten**) - 5 dag,

serki topione (z **mleka**) – 5 dag,

serki twarożkowe - (z **mleka**) – 5 dag,

pomidor - 5 dag, sałata masłowa, papryka konserwowa (**gorczyca**),

pasta rybna (**tuńczyk** konserwowy, olej rzepakowy, ogórek konserwowy, woda, koncentrat pomidorowy, mielona **gorczyca**, kurkuma, żółtko **jaja**, przyprawy. Produkt może zawierać: **skorupiaki**, **soję**, **mleko**, **seler**, **gluten** i **sezam**) – 5 dag,

pasztet pieczony drobiowy (mięso z kurczaka 76%, woda, bułka tarta – **mąka pszenna**, olej rzepakowy, kasza manna – z **pszenicy**, cebula sól, błonnik pszenny bezglutenowy, laktoza – z **mleka**, suszone warzywa, glukoza, przyprawy. Produkt może zawierać: zboża zawierające gluten – **owies**, **jaja**, **seler** i **gorczycę**),

pasztet sojowy z papryką, pomidorami, koperkiem (woda, olej rzepakowy bez GMO, warzywa 20% - cebula, pietruszka, marchew; białko **sojowe** bez GMO – 6%, koncentrat pomidorowy 6%, aromaty naturalne, przyprawy – **gorczyca**, papryka suszona, skrobia kukurydziana, błonnik – grochowy, bambusowy, sól morska. Może zawierać **seler** i **sezam)**.

kabanosy (mięso wieprzowe, sól, naturalne aromaty, przyprawy), pasta hummus wyrób własny (ciecierzyca, oliwa, czosnek), ketchup, dżem oraz owoce

JADŁOSPIS

Wtorek 17.11.2026

ŚNIADANIE:

Herbata z cytryną - 200 ml,

chleb - 3 rodz., (**mąka pszenna, żytnia, graham**), bułka z sezamem (**mąka pszenna)** - 1 szt, bułka wieloziarnista (**mąka pszenno-żytnia)** - 1 szt,

Produkt zawiera **gluten**, może zawierać: **sezam**

masło (z **mleka)** - 2 dag,

jajecznica **(jaja, masło, mleko**) - 10 dag,

wędlina (szynka wieprzowa, sól, glukoza, aromaty, **białko wieprzowe**, przyprawy naturalne, błonniki roślinne, może zawierać **gorczycę, mleko, selen**, **soję, zboża zawierające gluten**) - 5 dag,

serki topione (z **mleka**) – 5 dag,

serki twarożkowe (z **mleka**) – 5 dag,

ogórek świeży- 5 dag, szczypior,

twaróg półtłusty (z **mleka**),

pasta hummus wyrób własny (ciecierzyca, oliwa, czosnek),

pasta warzywna wyrób własny (pomidory, ciecierzyca, czosnek, oliwa),

dżem, miód, **mleko**,

płatki kukurydziane (kukurydza 93%, cukier, sól, witaminy: niacyna, kwas pantotenowy, witamina B6, ryboflawina, tiamina, kwas foliowy, biotyna, witamina B12) oraz owoce

OBIAD:

Barszcz ukraiński* - 300 ml, leniwe pierogi - 50 dag ze śmietaną* na słodko, woda z cytryną - 200 ml oraz owoce

Wtorek 17.11.2026

Składniki:

woda, buraczki, fasola biała, marchew, cebula, **seler**, por, pietruszka, ziemniaki, czosnek, przyprawy,

mąka pszenna, mąka ziemniaczana, olej, woda, ziemniaki, twaróg (z **mleka sojowego**), śmietana roślinna (roztwór białka **soczewicy** – woda, 1,1% białko **soczewicy**; tłuszcz kokosowy, olej rzepakowy, modyfikowana skrobia ziemniaczana, aromat naturalny, barwnik – karoteny), cukier, przyprawy,

woda, cytryna oraz owoce

KOLACJA:

Herbata z cytryną - 200 ml,

Pieczywo mieszane **(mąka pszenna, żytnia, mąka graham**),

masło (z **mleka)** - 2 dag,

margaryna roślinna (oleje roślinne – rzepakowy, słonecznikowy, woda, tłuszcz kokosowy, emulgator – lecytyna słonecznikowa, aromat, barwnik – karoten, witaminy – A, D),

parówka z filetem z indyka na gorąco (filet z piersi indyka 90%, tłuszcz z indyka, sól, skrobia, przyprawy, aromaty. Produkt może zawierać **soję, mleko**, **jaja, seler i gorczycę**) – 2 szt,

wędlina (szynka wieprzowa, sól, przyprawy naturalne, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka niejadalna produkt bezglutenowy - 5 dag,

serki topione (z **mleka**) – 5 dag,

serki twarożkowe - (z **mleka**) – 5 dag,

papryka świeża - 5 dag, sałata lodowa,

serki homogenizowane (z **mleka**),

ketchup, musztarda (**gorczyca**),

pasta hummus wyrób własny (ciecierzyca, oliwa, czosnek),

pasta warzywna wyrób własny (pomidory, ciecierzyca, czosnek, oliwa),

dżem oraz owoce

JADŁOSPIS

Środa 18.11.2026

ŚNIADANIE:

Herbata z cytryną - 200 ml,

chleb - 3 rodz., (**mąka pszenna, żytnia, graham**), bułka z czarnuszką (**mąka pszenna**) - 1 szt, bułka grahamka (**mąka graham**) - 1 szt,

Produkt zawiera **gluten**, może zawierać: **sezam**

masło (z **mleka)** - 2 dag,

ser żółty wędzony (z **mleka**) - 5 dag,

jogurt z granolą – 1 szt (jogurt 65%: **mleko**, **śmietanka**, **mleko** odtłuszczone zagęszczone, cukier, kultury bakterii jogurtowych; wsad owocowy 22%: owoce 50%, cukier, skrobia modyfikowana kukurydziana, substancja zagęszczająca – pektyny, naturalny aromat owocowy, regulator kwasowości – kwas cytrynowy, barwnik – karoteny; musli typ Granola 13%: płatki **owsiane**, płatki **pszenne**, olej rzepakowy, chrupki **pszenne** – mąka **pszenna**, ekstrakt słodowy **jęczmienny**; wiórki kokosowe),

serki topione - (z **mleka**) – 5 dag,

serki twarożkowe - (z **mleka**) - 5 dag,

wędlina (szynka wieprzowa, sól, przyprawy naturalne, cukier, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka niejadalna produkt bezglutenowy) - 5 dag,

pomidor - 5 dag,

serki wiejskie (z **mleka**),

pasta hummus wyrób własny (ciecierzyca, oliwa, czosnek),

ketchup, dżem, **mleko,** płatki kukurydziane (kukurydza 93%, cukier, sól, witaminy: niacyna, kwas pantotenowy, witamina B6, ryboflawina, tiamina, kwas foliowy, biotyna, witamina B12) oraz owoce

OBIAD:

Ogórkowa* - 300 ml, makaron z kurczakiem, szpinakiem i suszonymi pomidorami w sosie śmietanowym* - 40 dag, kompot owocowy - 200 ml oraz owoce

Środa 18.11.2026

Składniki:

woda, korpusy z kurczaka, ogórek kiszony, marchew, cebula, **seler**, por, pietruszka, koperek, ziemniaki, śmietana (z **mleka**),

filet z piersi kurczaka, cebula, czosnek, szpinak, pomidory suszone, makaron (z **mąki pszennej**), olej rzepakowy, śmietana (z **mleka**), ser żółty (z **mleka**), przyprawy,

woda, owoce mrożone, owoce świeże

KOLACJA:

Herbata z cytryną - 200 ml,

Pieczywo mieszane **(mąka pszenna, żytnia, mąka graham**),

masło (z **mleka**) - 2 dag,

ciasto (wyrób własny: jabłka, kakao, **mleko**, masło (z **mleka**), **mąka pszenna**, **jajka,** cukier, cynamon),

twarożek na słodko - wyrób własny (**twaróg, jogurt naturalny**, cukier waniliowy) - 5 dag,

mleko z kakao - 250 ml, serki wiejskie (z **mleka**),

serki topione (z **mleka**) – 5 dag

serki twarożkowe (z **mleka**) – 5 dag,

wędlina (szynka wieprzowa, sól, glukoza, aromaty, białko wieprzowe, ekstrakty przypraw, błonniki roślinne, może zawierać **gorczycę, mleko, seler**, **soję,** zboża zawierające **gluten**) - 5 dag,

ogórek świeży - 5 dag, sałata karbowana,

kiełbaski z gęsiną (mięso wieprzowe, mięso z gęsi, sól, majeranek, pieprz, czosnek),

pasta hummus wyrób własny (ciecierzyca, oliwa, czosnek),

roślinny pasztet pomidorowy z cieciorką (woda, cieciorka 70%, cebula, koncentrat pomidorowy 8%, olej rzepakowy, skrobia kukurydziana, błonnik **pszenny** bezglutenowy, suszone warzywa: pasternak, marchew, **seler**, pietruszka, por; przyprawy – zawierają **gorczycę**, zioła – zawierają **seler**. Produkt może zawierać **soję** i **nasiona sezamu**),

dżem, masło orzechowe (**orzechy ziemne**) oraz owoce

JADŁOSPIS

Czwartek 19.11.2026

ŚNIADANIE:

Herbata z cytryną - 200 ml,

chleb - 3 rodz., (**mąka pszenna, żytnia, graham**), bułka z siemieniem lnianym (**mąka pszenna)** - 1 szt, bułka wieloziarnista (**mąka pszenno-żytnia)** - 1 szt,

Produkt zawiera **gluten**, może zawierać: **sezam**

masło (z **mleka)** - 2 dag,

mleko z płatkami śniadaniowymi owsianymi (**mąka owsiana** pełnoziarnista 92%, cukier, **otręby pszenne,** olej słonecznikowy, **skrobia pszenna,** substancje wzbogacające: składnik mineralny – żelazo, witaminy C, B3, B5, B9, B6, B2, D. Produkt może zawierać: **mleko, orzechy)** lub z płatkami musli (**płatki owsiane**, **orzechy, migdały,** rodzynki, suszone śliwki, suszone morele) - 250 ml,

budyń z owocami (skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromat, barwnik: kurkumina). Produkt może zawierać: **mleko**, **jaja** i **soję**.

serki topione (z **mleka**) – 5 dag,

serki twarożkowe - (z **mleka**) – 5 dag,

wędlina (szynka wieprzowa, sól, przyprawy naturalne, cukier, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka niejadalna produkt bezglutenowy) - 5 dag,

papryka świeża - 5 dag, pomidorki koktajlowe,

jogurty naturalne (z **mleka**),

pasta hummus wyrób własny (ciecierzyca, oliwa, czosnek),

dżem oraz owoce

OBIAD:

Pomidorowa z makaronem* - 300 ml, kotlet rybny mielony* z pieca - 10 dag, surówka z kiszonej kapusty - 15 dag, ziemniaki - 30 dag, woda z cytryną - 200 ml oraz owoce

Czwartek 19.11.2026

Składniki:

woda, korpusy z kurczaka, marchew, **seler**, por, pietruszka, natka pietruszki, pomidory, koncentrat pomidorowy, makaron (z **mąki pszennej**), śmietana (z **mleka**),

filety z miruny bez skóry, **mąka pszenna**, **jaja**, bułka tarta (**mąka pszenna**), cebula, natka pietruszki, olej rzepakowy, przyprawy,

kapusta kiszona, marchew, cebula, jabłka, olej rzepakowy,

ziemniaki,

woda, cytryna oraz owoce

KOLACJA:

Herbata z cytryną - 200 ml,

Pieczywo mieszane **(mąka pszenna, żytnia, mąka graham**),

masło (z **mleka**) - 2 dag,

ser żółty (z **mleka**) - 5 dag,

jajo w majonezie (**jaja**, **gorczyca**) - 1 szt,

serki twarożkowe - np. mozzarella, wiejski (z **mleka**) - 5 dag,

serki topione (z **mleka**) – 2 rodz/5 dag

wędlina (szynka wieprzowa, sól, glukoza, aromaty, białko wieprzowe, ekstrakty przypraw, błonniki roślinne, może zawierać **gorczycę, mleko, seler**, **soję,** zboża zawierające **gluten**) - 5 dag,

pomidor - 5 dag, rzodkiewka, szczypior,

serki homogenizowane (z **mleka**),

kabanosy (mięso wieprzowe, sól, naturalne aromaty, przyprawy), pasta hummus wyrób własny (ciecierzyca, oliwa, czosnek),

pasta hummus wyrób własny (ciecierzyca, oliwa, czosnek),

ketchup, dżem, miód oraz owoce

JADŁOSPIS

Piątek 20.11.2026

ŚNIADANIE:

Herbata z cytryną - 200 ml,

chleb (**mąka pszenna, żytnia, graham**) - 3 rodz., bułka kajzerka (**mąka pszenna)** - 2 szt, bułka grahamka (**mąka graham**) - 1 szt,

masło (z **mleka**) - 2 dag,

margaryna roślinna (oleje roślinne – rzepakowy, słonecznikowy, woda, tłuszcz kokosowy, emulgator – lecytyna słonecznikowa, aromat, barwnik – karoten, witaminy – A, D),

ser żółty (z **mleka**) - 5 dag,

wędlina (szynka wieprzowa, sól, przyprawy naturalne, cukier, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka niejadalna produkt bezglutenowy) - 5 dag,

serki topione (z **mleka**) – 5 dag,

serki twarożkowe (z **mleka**) - 5 dag,

pomidor - 5 dag, sałata lodowa,

pasta hummus wyrób własny (ciecierzyca, oliwa, czosnek),

pasta warzywna wyrób własny (pomidory, ciecierzyca, czosnek, oliwa),

ketchup, dżem, **mleko**,

płatki kukurydziane (kukurydza 93%, cukier, sól, witaminy: niacyna, kwas pantotenowy, witamina B6, ryboflawina, tiamina, kwas foliowy, biotyna, witamina B12) oraz owoce