

Jadłospis

Poniedziałek 29.09.2025

Śniadanie: **Kakao**/250ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 83%, **ser mozzarella**/12g/ (pochodne mleka) **serek łaciaty**/12g/(pochodne mleka), **pomidor**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Barszcz ukraiński z ziemniakami** i natką pietruszki/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka, por, barszcz ukraiński, buraki, koncentrat barszczu czerwonego, ziemniaki, śmietana 18%).

Makaron z serem i śmietaną/180g/ (twaróg półtłusty, makaron świder –zawiera gluten, śmietana 18%), **woda mineralna**/200ml/, **nektarynka**. A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/ (zawiera gluten), **masło** 83%, **wędlina drobiowa** /22g/, **papryka czerwona**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,6,7.

Wtorek 30.09.2025

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 83%, **ser żółty**/12g/ (pochodne mleka), **wędlina**/12g/ **papryka żółta**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Zalewajka z ziemniakami, kielbasą i jajkiem** /250ml/(wywar kostny: kości wieprzowe, kielbasa podwawelska, jaja, barszcz biały zakwas –gluten, śmietana 18%, ziemniaki).

Gulasz drobiowy/100g/ (udziec z indyka, śmietana 18%, mąka pszenna -gluten), **kasza jęczmienna**/120g/ (zawiera gluten), **ogórek świeży** /80g/, **woda mineralna**/200ml/, **nektarynka**. A: 1,3,6,7.

Podwieczorek: **Koktajl jogurtowo - truskawkowy**/200g/(kefir, jogurt typu greckiego, truskawka, cukier), **ciasto cytrynowe** /25g/(mąka pszenna –gluten, jaja, tłuszcz, cukier, cytryna). A: 1,3,7.

Środa 01.10.2025

Śniadanie: **Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi**/210ml/ (mleko 2%, płatki kukurydziane), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 83%, **dżem truskawkowy**/12g/(100% owoców), **miód**/12g/, **śliwka**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Dyniowa z makaronem** i natką pietruszki/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, dynia, pomarańcza, makaron świder - gluten, śmietana 18%).

Filet z indyka /60g/(filet z indyka, jaja, mąka pszenna - gluten, bułka tarta), **ziemniaki** /150g/, **surówka z selera**/100g/ (seler, jabłko, śmietana 18%, rodzynki), **woda mineralna** /200ml/, **jabłko**. A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Jogurt owocowy**/150g/(pochodne mleka), **biszkopty bezcukrowe** /15g/(zawiera jaja, gluten), arbuz. A: 1,3,7.

Czwartek 02.10.2025

Śniadanie: **Kakao**/200ml/ (mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (zawiera gluten), **masło** 83%, **twarożek**/12g/(twaróg półtłusty, śmietana 18%), **serek waniliowy**/12g/(pochodne mleka), **rzodkiewka**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Szpinakowa z jajkiem i ziemniakami**/250ml/(wywar drobiowo warzywny: udziec z indyka, marchew, seler, pietruszka, por, szpinak, jaja, śmietana 18%).

Łazanki z kapustą i mięsem/250g/ (mięso wołowe, szynka wp, kapusta kiszona, cebula, makaron łazanki – zawiera gluten), **woda mineralna**/200ml/, **mleko smakowe**. A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/ (zawiera gluten), **masło** 83%, **pasta jajeczna ze szczypiorkiem** /40g/(jajko, majonez, szczypiorek), **sałata**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,3,7.

Piątek 03.10.2025

Śniadanie: Kawa mleczna/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 83%, **jajko na twardo**/30g/, **ser żółty**/12g/(pochodne mleka), **szcypiorek**, **rzodkiewka**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,3,7.

Obiad: **Grysikowa na rosole** z natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka, kasza manna – zawiera gluten).

Filet z dorsza w jarzynce/170g/(filet z dorsza, jaja, bułka tarta, mąka pszenna – zawiera gluten, marchew, pietruszka, seler, por, papryka czerwona, cebula, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy), **ziemniaki** /150g/, **woda mineralna**/200ml/, **kiwi**. A: 1,3,4,9.

Podwieczorek: **Płatki kukurydziane z jogurtem i owcami sezonowymi** /150g/(płatki kukurydziane, jogurt typu greckiego, śliwka, winogron, mandarynka). A: 7.

Poniedziałek 06.10.2025

Śniadanie: **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 83%, **serek waniliowy**/12g/(pochodne mleka), **serek do chleba**/12g/(pochodne mleka), **pomidorki koktajlowe**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Jarzynowa z ziemniakami** i natką pietruszki/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka, kalafior, brokuły, fasolka szparagowa, brukselka, ziemniaki, śmietana 18%).

Pierogi z serem i śmietaną/180g/(twaróg półtłusty, mąka pszenna – zawiera gluten, jaja, śmietana 18%), **woda mineralna**/200ml/, **sok**, **mandarynka**. A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/(zawiera gluten), **masło** 83%, **polędwica sopocka** /22g/, **ogórek świeży**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,6,7.

Wtorek 07.10.2025

Śniadanie: Kawa mleczna/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 83%, **ser żółty**/12g/(pochodne mleka), **wędlina drobiowa**/10g/, **rzodkiewka**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,6,7.

Obiad: **Pomidorowa z makaronem** i natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, marchew, seler, pietruszka, por, makaron świder –gluten, koncentrat pomidorowy, śmietana 18%).

Kotlet pożarski/600g/(filet z kurczaka, udziec z indyka, jaja, bułka tarta, mąka pszenna – zawiera gluten), **surówka z marchwi i jabłka** /100g/(marchew, jabłko, śmietana 18%), **woda mineralna**/200ml/, **gruszka**. A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Pudding z kaszy manny z malinami** /180g/(kasza manna – zawiera gluten, mleko 2%, maliny). A: 1,7.

Środa 08.10.2025

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi/210ml/(mleko 2%, płatki owsiane – zawiera gluten), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 83%, **dżem**/12g/, **powidła śliwkowe**/12g/, **mandarynka**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Zarzućka z ziemniakami i natką pietruszki**/250ml/(wywar drobiowo - warzywny: kurczak, skrzydło indycze, marchewka, pietruszka, seler, kapusta kiszona, ziemniaki, śmietana 18%).

Risotto z indykiem i warzywami/280g/(udziec z indyka, papryka kolorowa, cebula, marchew, pietruszka, seler, pomidory krojone, olej rzepakowy, ryż), **woda mineralna**/200ml/, **jogurt**. A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Kisiel** 200ml/, **bułeczka drożdżowa cynamonka** /40g/(mąka pszenna –gluten, jaja, mleko), **śliwka**. A: 1,3,7.

Czwartek 09.10.2025

Śniadanie: **Kakao**/200ml/ (mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (zawiera gluten), masło 83%, **szynka wiejska**/10g/, **jajecznica**/30g/ (jaja, masło 83%), **sałata, szczypiorek, herbata z cytryną**/200ml/.
A: 1,3,6,7.

Obiad: **Kartoflanka z ziemniakami** i natką pietruszki/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, śmietana 18%).

Pulpet w sosie własnym/100g/ (szynka wp, jaja, mąka pszenna -gluten, śmietana 18%),

kasza jęczmienna/120g/, **surówka z czerwonej kapusty**/100g/(kapusta czerwona, jabłko, cytryna, olej rzepakowy), **woda mineralna**/200ml/, **banan**.
A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Mleko smakowe** /200ml/(pochodne mleka), **chrupki kukurydziane**/20g/, **mandarynka**.

A: 1,6,7.

Piątek 10.10.2025

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (zawiera gluten), masło 83%, **twarożek**/12g/ (twaróg półtłusty, śmietana 18%), **serek do chleba** /12g/(pochodne mleka) , **rzodkiewka, herbata z cytryną**/200ml/.

A: 1,7.

Obiad: **Zacierkowa na rosole** z natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka, makaron zacierka - gluten).

Filet z dorsza panierowany/80g/(filet z dorsza, jaja, bułka tarta- gluten, mąka pszenna -gluten, olej rzepakowy), **ziemniaki** /150g/, **surówka z kapusty kiszzonej** /100g/ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej), **woda mineralna**/200ml/, **jabłko**.
A: 1,3,4,9.

Podwieczorek: **Tosty z bułki pszennej z szynką i serem mozzarella** /80g/(bułka pszenna- gluten, masło 83%, szynka wiejska, ser mozzarella), **sos jogurtowy**/30g/ (jogurt naturalny, czosnek), **pomidorki koktajlowe, herbata z cytryną**/200ml/

A: 1,6,7.

Do posiłków dzieci otrzymują wodę mineralną lub soki owocowe oraz świeże warzywa i owoce.

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Przybliżona minimalna gramatura po obróbce /g/ (nie obejmuje sosów) oraz minimalna objętość /ml/

(A)– oznaczenie alergenów, które mogą występować w potrawach, numeracja i nazwy na osobnym wykazie.

Kucharka:

Intendent:

Dyrektor: