

Jadłospis

Poniedziałek 13.10.2025

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

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

Kopytka serowe z masłem i bułką tartą/180g/ (twaróg półtłusty, mąka pszenna –zawiera gluten, mąka ziemniaczana, jaja bułka tarta – zawiera gluten, masło 83%), **woda mineralna**/200ml/, **banan**.

A: 1,3,7,9.

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 14.10.2025

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**/25g/, **ser żółty**/12g/ (pochodne mleka), **sałata**, **szcypiorek**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,3,7.

Obiad: **Marchewkowa z makaronem** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: marchewka, pietruszka, seler, por, makaron świder – zawiera gluten, śmietana 18%).

Pulpet drobiowy/60g/ (udziec z indyka, jaja, śmietana 18%, bułka kajzerka – gluten, mąka pszenna -gluten), **kasza jęczmienna**/120g/ (zawiera gluten), **mizeria** /90g/(górek świeży, jogurt typu greckiego), **woda mineralna**/200ml/, **mandarynka**.

A: 1 7,9.

Podwieczorek: **Jogurt owocowy**/150g/(pochodne mleka), **chrupki kukurydziane** /10g/.

A: 1,7.

Środa 15.10.2025

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 wiśniowy**/12g/(100% owoców), **miód**/12g/, **śliwka**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Koperkowa z ryżem** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, koper, ryż, śmietana 18%).

Filet z indyka /60g/(filet z indyka, jaja, mąka pszenna - gluten, bułka tarta), **ziemniaki** /150g/, **surówka z kapusty pekińskiej**/100g/ (kapusta pekińska, marchewka, cytryna, olej rzepakowy), **woda mineralna** /200ml/, **jogurt pitny** /150g/.

A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/ (zawiera gluten), **masło** 83%, **pasta rybna**/30g/(filet z makreli w pomidorach, filet z makreli w oleju, jaja, szcypiorek, majonez kielecki), **szcypiorek**, **sałata**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,3,4,7.

Czwartek 16.10.2025

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: **Krupnik mazurski z natką pietruszki**/250ml/(wywar drobiowo warzywny: udziec z indyka, marchew, seler, pietruszka, por, kasza jęczmienna, ziemniaki).

Makaron ze szpinakiem i filetem z kurczaka/250g/ (filet z kurczaka, szpinak, śmietana 36%, czosnek, cebula, makaron pióra – zawiera gluten), **woda mineralna**/200ml/, **śliwka**.

A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Budyń** /200g/(mleko 2%, budyń śmietankowy – zawiera gluten), **cynamonka drożdżowa** /50g/(mąka pszenna, jaja, tłuszcz, cukier), mandarynka cząstki.

A: 1,3,7.

Piątek 17.10.2025

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

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

Kotlet rybny/80g/(filet z dorsza, filet z mintaja, jaja, bułka tarta – zawiera gluten, olej rzepakowy), **ziemniaki** /150g/, **surówka z kiszonych ogórków** /ogórek kiszony, jabłko, kukurydza, olej rzepakowy), **woda mineralna**/200ml/, kiwi. A: 1,3,4,9.

Podwieczorek: **Koktajl jogurtowo - owocowy** /200ml/(jogurt typu greckiego, kefir, banan, gruszka), **ciasto ucierane**/20g/(mąka pszenna, jaja, tłuszcz, cukier). A: 1,3,7.

Poniedziałek 20.10.2025

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%).

Makaron z serem i śmietaną/250g/ (twaróg półtłusty, makaron świder – zawiera gluten, śmietana 18%), **woda mineralna**/200ml/, sok, mandarynka. A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/ (zawiera gluten), **masło** 83%, **parówka** /50g/, **ketchup**, **papryka żółta**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,6,7.

Wtorek 21.10.2025

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

Bitka schabowa w sosie chrzanowym/80g/ (schab wp, śmietana 18%, chrzan, mąka pszenna – zawiera gluten), **kasza jęczmienna** /120g/(zawiera gluten), **surówka z buraków** /100g/(buraki, jabłko, olej rzepakowy), **woda mineralna**/200ml/, **gruszka**. A: 1,7,9.

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

Środa 22.10.2025

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: **Pieczarkowa z makaronem i natką pietruszki**/250ml/(wywar drobiowo - warzywny: kurczak, skrzydło indycze, marchewka, pietruszka, seler, pieczarki, makaron świder – zawiera gluten, śmietana 18%).

Kotlet mielony/60g/(szynka wp, jaja, bułka tarta - zawiera gluten), **ziemniaki** /150g/, **marchewka duszona z groszkiem** /100g/(marchew kostka, groszek zielony, masło 83%), **woda mineralna**/200ml/, kiwi. A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Mleko smakowe** /200ml/(pochodne mleka), **biszkopty bezcukrowe** /20g/(mąka pszenna –gluten, jaja, cukier), **pomarańcza cząstki**. A: 1,3,7.

Czwartek 23.10.2025

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

Udziec z indyka w sosie śmietanowy/80g/ (udziec z indyka, mąka pszenna -gluten, śmietana 36%), **makaron pióra**/100g/(zawiera gluten), **ogórek kiszony**/100g/, **woda mineralna**/200ml/, **banan**.

A: 1,7,9.

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.

Piątek 24.10.2025

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, 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: **Krupnik ryżowy na rosole** z natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka, ryż).

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

A: 1,3,4,9.

Podwieczorek: **Koktajl jogurtowo - ogórkowy** /200ml/(jogurt typu greckiego, kefir, ogórek świeży, kiwi, avocado), **rogal maślany** /20g/(mąka pszenna, jaja, tłuszcz, cukier).

A: 1,3,7.

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: