

Jadłospis

Środa 07.01.2026

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

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

Czwartek 08.01.2026

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 83%, **serek łaciąty**/12g/(pochodne mleka), **ser mozzarella**/12g/(pochodne mleka), **pomidor**, **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 – zawiera gluten, cebula, czosnek, ziemniaki, śmietana 18%).

Gulasz drobiowy/60g/ (udziec z indyka, śmietana 18%, mąka pszenna -gluten), **kasza jęczmienna**/120g/ (zawiera gluten), **buraczki na ciepło** /90g/(buraki, masło 83%), **woda mineralna**/200ml/, **gruszka**.

A: 1,3,6,7.

Podwieczorek: **Jogurt owocowy**/150g/(pochodne mleka), **biskopity bezcukrowe**/10g/(mąka pszenna- zawiera gluten, jaja, cukier).

A: 1,3,7.

Piątek 09.01.2026

Śniadanie: **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (zawiera gluten), **masło** 83%, **jajecznica**/12g/(jaja, masło 83%), **wędlina**/12g/, **sałata**, **szczypiorek**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,3,6,7.

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

Filet z dorsza/80g/(filet z dorsza, jaja, bułka tarta – zawiera gluten, olej rzepakowy), **ziemniaki** /150g/, **surówka z kiszonej kapusty** /kapusta kiszona, marchewka, jabłko, cebula, olej rzepakowy), **woda mineralna**/200ml/, **kiwi**.

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.

Poniedziałek 12.01.2026

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

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

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

A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/ (zawiera gluten), **masło** 83%, **szynka wiejska**/24g/, **pomidor**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,6,7.

Wtorek 13.01.2026

Śniadanie: **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 83%, **jajko na twardo**/30g/ (pochodne mleka), **wędlina drobiowa**/10g/, **sałata, szczypiorek, herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,3,6,7.**

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

Bitka schabowa w własnym/80g/ (schab wp, śmietana 18%, mąka pszenna – zawiera gluten), **kasza jęczmienna** /120g/(zawiera gluten), **ogórek kiszony** /90g/, **woda mineralna**/200ml/, **gruszka**. **A: 1,7,9.**

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

Środa 14.01.2026

Śniadanie: **Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi**/210ml/ (mleko 2%, płatki kukurydziane – 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: **Paprykowa z makaronem i natką pietruszki**/250ml/(wywar drobiowo - warzywny: kurczak, skrzydło indycze, marchewka, pietruszka, seler, papryka czerwona, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, makaron świder – zawiera gluten, śmietana 18%).

Filet z kurczaka/60g/(filet z kurczaka, jaja, bułka tarta - zawiera gluten), **ziemniaki** /150g/, **marchewka duszona**/100g/(marchew kostka, masło 83%), **woda mineralna**/200ml/, **banan**. **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 15.01.2026

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), **serek do chleba**/12g/(pochodne mleka), **papryka czerwona, herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,7.**

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

Spaghetti z sosem bolońskim/250g/ (szynka wp, marchewka, pietruszka, seler, cukinia, papryka czerwona, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, cebula, czosnek, makaron spaghetti – zawiera gluten, mąka ziemniaczana), **woda mineralna**/200ml/, **jabłko**. **A: 1,7,9.**

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

Piątek 16.01.2025

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

Filet z dorsza/80g/(filet z dorsza, jaja, bułka tarta – zawiera gluten, olej rzepakowy), **ziemniaki** /150g/, **surówka z kapusty pekińskiej** /kapusta pekińska, marchewka, papryka czerwona, jabłko, kukurydza, majonez kielecki – zawiera jaja), **woda mineralna**/200ml/, **kiwi**. **A: 1,3,4,9.**

Podwieczorek: **Budyń** /200g/(mleko 2%, budyń śmietankowy – zawiera gluten), **chałka z masłem** /30g/(chałka – zawiera gluten, masło 83%), **jabłko**. **A: 1,7.**

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: