

Jadłospis

Poniedziałek 19.01.2026

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

Obiad: **Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: skrzydło z indyka, kurczak, marchewka, seler, pietruszka, brokuły, ziemniaki, śmietana 18%).
Naleśniki z serem/jabłkiem prażonym/180g/(mąka pszenna – zawiera gluten, jaja, mleko 2%, twaróg półtłusty, jabłka prażone, śmietana 18%, cukier), **woda mineralna**/200ml/, **sok, banan**. A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane**(chleb tradycyjny, chleb z ziarnem – zawiera gluten)/30g/, masło 83%, **polędwica sopocka**/24g/, **papryka czerwona, herbata**/200ml/. A: 1,6,7.

Wtorek 20.01.2026

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

Obiad: **Krupnik mazurski z ziemniakami i natką pietruszki**/250ml/(wywar drobiowo - warzywny: kurczak, skrzydło indycze, marchewka, seler, pietruszka, kasza jęczmienna – zawiera gluten, ziemniaki).
Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym/100g/ (szynka wp. kapusta pekińska, ryż, jaja, koncentrat pomidorowy, śmietana 18%), **ziemniaki**/150g/, **woda mineralna**/200ml/, **sok, bufet warzywny** A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Jogurt owocowy** /150g/(pochodne mleka), **chrupki kukurydziane**/20g/. A: 1.

Środa 21.01.2026

Śniadanie: **Zupa mleczna**/210ml/(mleko 2%, płatki owsiane), **pieczywo mieszane**/25g/ (bułka kajzerka, bułka żytnia, bułka pszenna wrocławska- zawiera gluten), masło 83%, **miód**/12g/, **dżem truskawkowy**/12g/, **herbata z cytryną**/200ml/. A:1,7.

Obiad: **Solferino z ziemniakami i natką pietruszki**/250ml/(wywar mięsno-warzywny: skrzydło indycze, kurczak, marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, makaron zacierka – zawiera gluten, ziemniaki, śmietana 18%).
Filet z indyka/60g/(filet z indyka, jaja, mąka pszenna- zawiera gluten, bułka tarta – zawiera gluten), **ziemniaki**/150g/, **surówka z buraczków i jabłka**/100g/(buraki, jabłko, olej rzepakowy), **woda mineralna** /200ml/, **sok, kiwi**. A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Szarlotka wypiek własny**/50g/(mąka pszenna – zawiera gluten, jaja, masło 83%, cukier, jabłka), **jogurt pitny** /120ml/(pochodne mleka). A: 1,3,7.

Czwartek 22.01.2026

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto, cykoria), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka grahamka, bułka żytnia, bułka pszenna wrocławska – zawiera gluten), masło 83%, **twarożek**/12g/(twaróg półtłusty, śmietana 18%, cukier, cukier waniliowy), **serek do chleba**/12g/ (pochodne mleka), **rzodkiewka, herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Zalewajka z ziemniakami, kiełbasą i jajkiem** /250ml/(wywar kostny: kości schabowe, kiełbasa śląska, barszcz biały zakwas – zawiera gluten, jaja, cebula, czosnek, ziemniaki, śmietana 18%).
Gulasz wieprzowy/80g/ (szynka wp. mąka pszenna – zawiera gluten, śmietana 18%), **kasza jęczmienna**/70g/(zawiera gluten), **surówka z selera i jabłka z rodzynkami** /100g/(seler, jabłko, rodzynki, śmietana 18%), **woda mineralna**/200ml/, **sok, jogurcik**. A: 1,3,6,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane**(chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/, masło 83%, **pasta rybna**/30g/ (jaja, filet z makreli, szczypiorek, majonez- zawiera jaja), **sałata, herbata**/200ml/. A: 1,3,4,7.

Piątek 23.01.2026

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

Obiad: **Krupnik ryżowy na rosole z natką pietruszki** /250ml/ (wywar drobiowo -warzywny: skrzydło indycze, kurczak, marchew, seler, pietruszka, ryż).
Filet z dorsza /80g/ (filet z dorsza, jaja, mąka pszenna – zawiera gluten, bułka tarta – zawiera gluten, olej rzepakowy), **ziemniaki**/150g/, **surówka z białej kapusty**/100g/(kapusta biała, marchewka, jabłko, olej rzepakowy), **woda mineralna**/200ml/, **koktajl mleczny** /120ml/(mleko 2%, truskawka). A: 1,3,4,9.

Podwieczorek: **Pizza z serem i szynką**/100g/ (mąka pszenna – zawiera gluten, mleko 2%, drożdże, ser żółty- pochodne mleka, szynka wiejska), **ketchup**, **kalarepka**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,6,7.

Poniedziałek 26.01.2026

Śniadanie: **Kawa mleczna**/210ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto, cykoria), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka pszenna wrocławska, bułka grahamka – zawiera gluten), **masło** 83%, **ser żółty**/12g/(pochodne mleka), **serek do chleba**/12g/(pochodne mleka), **rzodkiewka**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Rosół z makaronem i natką pietruszki** /250ml/(wywar mięsno- warzywny: udziec z indyka, marchew, seler, pietruszka, por, makaron nitka).
Potrąka z udźca indyka/80g/ (udziec z indyka, marchewka, pietruszka, mąka pszenna – zawiera gluten, śmietana 18%), **ziemniaki** /150g/, **ogórek kiszony** /70g/, **woda mineralna**/200ml/, **sok**, **jabłko**. A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Koktajl jogurtowo- owocowy**/180g/(jogurt typu greckiego, kefir – pochodne mleka, truskawka, cukier), **rogal maślany**/25g/(zawiera gluten), **masło** 83%. A: 1,7.

Wtorek 27.01.2026

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

Obiad: **Jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: skrzydło z indyka, marchewka, seler, pietruszka, kalafior, fasolka szparagowa, brukselka, brokuły, ziemniaki, śmietana 18%).
Ryż z jabłkiem prażonym/180g/(ryż, jabłko prażone), **woda mineralna**/200ml/, **sok**. A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Mleko smakowe** /200ml/(pochodne mleka), **biszkopty bezcukrowe**/10g/(mąka pszenna – zawiera gluten, jaja), **gruszka**. A: 1,3,7.

Środa 28.01.2026

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

Obiad: **Ogórkowa z ziemniakami natką pietruszki**/250ml/(wywar mięsno-warzywny: skrzydło indycze, marchewka, pietruszka, seler, ogórki kiszone, śmietana 18%, ziemniaki).
Makaron z filetem z kurczaka i suszonymi pomidorami/180g/ (filet z kurczaka, makaron pióra, suszone pomidory, ser żółty- pochodne mleka), **surówka z marchwi i jabłka**/100g/(marchew, jabłko, śmietana 18%), **woda mineralna** /200ml/, **sok**, **mandarynka**. A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Placuszki na kefirze z jabłkiem**/100g/(mąka pszenna – zawiera gluten, jaja, kefir – pochodne mleka, jabłko, cukier, olej), **herbata owocowa**/200ml/. A: 1,3,7.

Czwartek 29.01.2026

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/ (mleko 2%, jęczmień, żyto, cykoria), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka, żytnia, bułka pszenna wrocławska – zawiera gluten), **masło** 83%, **szynka wiejska**/10g/, **jajko na twardo** /40g/, **sałata**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,6,7.

Obiad: **Pomidorowa z makaronem i natką pietruszki**/250ml/(wywar drobiowo- warzywny: kurczak, skrzydło z indyka, marchewka, seler, pietruszka, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, śmietana 18%, makaron świder – zawiera gluten).

Kotlet mielony/180g/ (szynka wp, jaja, bułka tarta – zawiera gluten), **ziemniaki** /150g/, **brokuły z pieca** /100g/, **woda mineralna**/200ml/, **sok**, **bufet warzywny**. A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Bułka pszenna**/30g/, **masło** 83%, **twarożek z truskawkami**/25g/(twaróg półtłusty, jogurt typu greckiego, truskawka, cukier). A: 1,7.

Piątek 30.01.2026

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

Obiad: **Grycikowa na rosole z natką pietruszki** /250ml/ (wywar drobiowo - warzywny: skrzydło indycze, marchew, seler, pietruszka, kasza, manna – zawiera gluten).

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

Podwieczorek: **Jogurt owocowy**/150g/ (pochodne mleka), **biszkopty bezcukrowe**/10g/(mąka pszenna – zawiera gluten, jaja). A: 1,3,7.

Miedzy posiłkami dzieci otrzymują wodę mineralną lub soki owocowe.

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: