

Jadłospis

Poniedziałek 16.03.2026

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 łąciaty**/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, fasolka szparagowa, fasola biała, buraki, koncentrat barszczu czerwonego - zakwas, ziemniaki, śmietana 18%).

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

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 17.03.2026

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), **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 wieprzowy/100g/ (karkówka wp, śmietana 18%, mąka pszenna – zawiera gluten), **kasza jęczmienna**/120g/(zawiera gluten), **mizeria** /90g/(ogórek świeży, śmietana 18%), **woda mineralna**/200ml/, **banan**. 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 18.03.2026

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/, **miód**/12g/, **kalarepka**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Zupa z soczewicy czerwonej z makaronem** i natką pietruszki/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, soczewica czerwona, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, makaron świder – zawiera gluten, śmietana 18%).

Kotlet pożarski/600g/ (filet z kurczaka, udziec z indyka, jaja, bułka tarta, - zawiera gluten, mąka pszenna – zawiera gluten), **surówka z buraczków** /100g/(buraki, jabłko, oliwa z oliwek), **woda mineralna**/200ml/, **gruszka**. A: 1,3,7,9.

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

Czwartek 19.03.2026

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, ziemniaki, jaja, śmietana 18%).

Łazanki z kapustą i mięsem/250g/ (mięso wołowe, szynka wp, kapusta kiszona, cebula, makaron łazanki – zawiera gluten), **woda mineralna**/200ml/, **bufet warzywny** /100g/(marchewka, pomidorki koktajlowe, papryka żółta)

A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/ (zawiera gluten), **masło** 83%, **pasta jajeczna serkiem wiejskim i szczypiorkiem** /40g/(jajko, serek wiejski, szczypiorek), **sałata**, **herbata z cytryną**/200ml/.

A: 1,3,7.

Piątek 20.03.2026

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (zawiera gluten), **masło** 83%, **jajecznica**/30g/, **ser żółty**/12g/ (pochodne mleka), **szczypiorek**, **sałata**, **herbata z cytryną**/200ml/.

A: 1,3,7.

Obiad: **Krupnik ryżowy na rosole** z natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka, ryż).

Filet z dorsza w jarzynce/170g/(filet z dorsza, jaja, bułka tarta – zawiera gluten, mąka pszenna – zawiera gluten, marchew, pietruszka, seler, por, papryka czerwona, cebula, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy), **ziemniaki** /150g/, **woda mineralna**/200ml/, **koktajl mleczny z malinami** /100g/(mleko 2%, maliny).

A: 1,3,4,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem – zawiera gluten)/30g/, **masło** 83%, **pasztet wyrób własny**/30g/(szynka wieprzowa, wątróbka, jaja, bułka tarta- zawiera gluten), **ogórek świeży**, **herbata**/200ml

A: 1,3,7.

Poniedziałek 23.03.2026

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%).

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

A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/ (zawiera gluten), **masło** 83%, **połudwica sopocka** /22g/, **papryka czerwona**, **herbata z cytryną**/200ml/.

A: 1,6,7.

Wtorek 24.03.2026

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), **parówka** /50g/, **rzodkiewka**, **ketchup**, **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%).

Bryzol wołowo - wieprzowy/60g/ (mięso wołowe, szynka wp, jaja, bułka tarta –zawiera gluten, mąka pszenna – zawiera gluten), **surówka z czerwonej kapusty** /100g/(czerwona kapusta, jabłko, cytryna, oliwa z oliwek), **woda mineralna**/200ml/, **gruszka**.
A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Gruszka pieczona** /100g/, **mini drożdżówka z serem**/35g/ (mąka pszenna – zawiera gluten, jaja, mleko, drożdże, ser biały, cukier)
A: 1,3,7.

Środa 25.03.2026

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

Filet z kurczaka z warzywami w sosie słodko - kwaśnym/150g/ (filet z kurczaka, marchewka, papryka czerwona, papryka żółta, cebula, pędy bambusa, pomidory krojone, ananas), **ryż**/150g/ **woda mineralna**/200ml/, **jogurt**.
A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Kisiel** 200ml/, **rogal maślany** /30g/(mąka pszenna – zawiera gluten, jaja, mleko), masło 83%, **jabłko** części.
A: 1,3,7.

Czwartek 26.03.2026

Śniadanie: **Kakao**/200ml/ (mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (zawiera gluten), masło 83%, **szynka wiejska**/10g/, **jajko na twardo**/30g/, **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%).

Bitka schabowa w sosie chrzanowym/80g/ (schab wp, mąka pszenna -gluten, chrzan, śmietana 18%), **kasza jęczmienna**/120g/(zawiera gluten), **kalafior**, **brokuły na parze**/100g/, **woda mineralna**/200ml/, **banan**.
A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Mleko smakowe** /200ml/(pochodne mleka), **chrupki kukurydziane**/10g/, **mandarynka**.

A:7.

Piątek 27.03.2026

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 kiszonej** /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.

K

u
c
h
a
r
k
a
:

I
n
t
e
n
d
e
n
t
:

D
y
r
e
k
t
o