

Jadłospis

Poniedziałek 14.09.2026

Śniadanie: **Kakao**/250ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 82%, **ser mozzarella**/12g/ (pochodne mleka) **serek do chleba**/12g/ (pochodne mleka), **pomidor**, **herbata z cytryną**/200ml/.
A: 1,7.

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

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

Podwieczorek: **Pieczywo** (chleb z ziarnem/30g/ (zawiera gluten), **masło** 82%, **wędlina drobiowa** /22g/, **papryka czerwona**, **herbata z cytryną**/200ml/.
A: 1,6,7.

Wtorek 15.09.2026

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka żytnia bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 82%, **szwedzki stół:** **ser żółty**/12g/ (pochodne mleka), **szynka wiejska**/12g/, **jajko na twardo**/12g/, **papryka czerwona**, **ogórek świeży**, **rzodkiewka**, **sałata**, **herbata z cytryną**/200ml/.
A: 1,3,6,7.

Obiad: **Krupnik mazurski z ziemniakami** i natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo - warzywny: kurczak, skrzydło z indyka, marchew, seler, pietruszka, por, kasza jęczmienna, ziemniaki, natka pietruszki).

Kotlet mielony/60g/ (szynka wp, jaja, cebula, czosnek, bułka tarta – zawiera gluten, olej rzepakowy), **ziemniaki**/150g/, **surówka z selera z rodzynekami**/100g/(seler, jabłko, rodzyнки, śmietana 18%), **woda mineralna**/200ml/, **kiwi**.
A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Budyń**/200ml/(mleko 2%, mąka pszenna – zawiera gluten, mąka ziemniaczana, cukier), **chałka**/30g/(zawiera gluten), **masło** 82%.
A: 1,7.

Środa 16.09.2026

Śniadanie: **Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi**/210ml/ (mleko 2%, płatki jęczmienne – zawiera gluten), **pieczywo mieszane** (bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 82%, **dżem truskawkowy**/12g/(100% owoców), **miód**/12g/, **jabłko do chrupania**, **herbata z cytryną**/200ml/.
A: 1,7.

Obiad: **Kartoflanka** z natką pietruszki/250ml/(wywar warzywny: marchew, seler, pietruszka, por, ziemniaki, natka pietruszki, śmietana 18%).

Leczo warzywne z białą fasolą /150g/(biała fasola, papryka czerwona, żółta, zielona, pieczarka, marchewka, pomidory krojone, oliwa z oliwek, natka pietruszki), **ryż paraboliczny** /120g/, **woda mineralna** /200ml/, **jabłko**.
A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Koktajl jogurtowo – truskawkowy**/200ml/((kefir, jogurt grecki – pochodne mleka, truskawka, cukier) **mini drożdżówka z jabłkiem**/30g/(zawiera jaja, mleko, gluten).
A: 1,3,7.

Czwartek 17.09.2026

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/ (mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka żytnia bułka pszenna wrocławska)/25g/ (zawiera gluten), **masło** 82%, **jajko na twardo**/30g/, **szynka drobiowa**/12g/, **sałata**, **szczypiorek**, **herbata z cytryną**/200ml/.
A: 1,3,6,7.

Obiad: **Rosół z makaronem** i natką pietruszki/250ml/(wywar drobiowo warzywny: udziec z indyka, marchew, seler, pietruszka, por, makaron nitka – zawiera gluten, jaja, natka pietruszki).

Potrawka z udźca indyka/80g/ (udziec z indyka, marchewka, groszek, mąka pszenna – zawiera gluten, śmietana 18%), **kasza jęczmienna** /120g/(zawiera gluten), **ogórek kiszony** /70g/, **woda mineralna**/200ml/, **śliwka**.
A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Rogal maślny**/25g/(zawiera gluten, jaja, mleko), **masło** 82%, **twarożek z jogurtem i malinami**/40g/ (twaróg półtłusty, jogurt grecki, maliny, cukier), **herbata owocowa**/200ml/.
A: 1,3,7.

Piątek 18.09.2026

Śniadanie: **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (zawiera gluten), **masło** 82%, **twarożek**/12g/(twaróg półtłusty, śmietana 18%, rzodkiewka), **serek waniliowy**/12g/(pochodne mleka), **kalarepka**, **herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,7.**

Obiad: **Zacierkowa** z natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, skrzydło z indyka, marchewka, seler, pietruszka, por, makaron zacierka- zawiera gluten, natka pietruszki).

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

Podwieczorek: **Jogurt owocowy** /150g/(pochodne mleka), **biskopity bezcukrowe**/10g/ (zawiera jaja i gluten), **marchewka do chrupania**. **A: 1,3,7.**

Poniedziałek 21.09.2026

Śniadanie: **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka żytnia, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 82%, **ser żółty**/12g/ (pochodne mleka), **serek do chleba**/12g/ (pochodne mleka), **papryka żółta**, **herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,7.**

Obiad: **Brokułowa z ziemniakami** i natką pietruszki/250ml/(wywar warzywny: marchewka, seler, pietruszka, por, brokuły, ziemniaki, śmietana 18%).

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

Podwieczorek: **Pieczywo** (chleb włoski)/30g/ (zawiera gluten), **masło** 82%, **szynka drobiowa** /22g/, **ogórek świeży**, **herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,6,7.**

Wtorek 22.09.2026

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 82%, **szwedzki stół: serek łaciaty**/12g/ (pochodne mleka), **polędwica sopocka**/12g/, **jajko na twardo**/12g/, **papryka żółta**, **rzodkiewka**, **pomidor**, **sałata**, **herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,3,6,7.**

Obiad: **Pomidorowa z ryżem** i natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo - warzywny: skrzydło z indyka, kurczak, marchew, seler, pietruszka, por, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, ryż, śmietana 18%).

Stoneczny bulgur z warzywami i ciecierzycą/250g/ (kasza bulgur, marchewka, papryka czerwona, kukurydza, ciecierzka, czosnek, imbir mielony, oliwa z oliwek), **woda mineralna**/200ml/, **gruszka**. **A: 1,7,9.**

Podwieczorek: **Jabłka zapiekane pod kruszoną**/100g/ (jabłko, mąka pszenna – zawiera gluten, masło 82%, cukier), **napój roślinny owsiany**/200ml/. **A: 1,7.**

Środa 23.09.2026

Śniadanie: **Zupa mleczna z płatkami ryżowymi**/210ml/ (mleko 2%, płatki ryżowe), **pieczywo mieszane** (bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 82%, **dżem**/12g/, **powidła śliwkowe**/12g/, **marchewka do chrupania**, **herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,7.**

Obiad: **Zupa krem z kukurydzy**/250ml/(wywar drobiowo - warzywny: kurczak, skrzydło indycze, marchewka, pietruszka, seler, por, kukurydza, grzanki z bułki pszennej - zawiera gluten, śmietana 18%).

Filet z indyka/60g/(filet z indyka, jaja, mąka pszenna – zawiera gluten, bułka tarta – zawiera gluten, olej rzepakowy), **ziemniaki** /150g/, **surówka z czerwonej kapusty**/100g/(kapusta czerwona, jabłko, cytryna, oliwa z oliwek), **woda mineralna**/200ml/, **śliwka**. **A: 1,3,7,9.**

Podwieczorek: **Ciasteczka owsiane - bananowe**/30g/(płatki owsiane – zawiera gluten, banan, rodzynki), **jogurt do picia**/120g/(pochodne mleka) **A: 1,7.**

Czwartek 24.09.2026

Śniadanie: **Kakao**/200ml/ (mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (zawiera gluten), masło 82%, **szynka wiejska**/10g/, **jajecznica**/30g/ (jaja, masło 82%), **sałata**, **szczypiorek**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,3,6,7.

Obiad: **Zupa krem z zielonych warzyw z makaronem** /250ml/(wywar warzywny: pietruszka, seler, groszek zielony, brokuły, szpinak, natka pietruszki, makaron świder – zawiera gluten, śmietana 18%).

Schab duszony w sosie własnym/80g/ (schab wp. cebula, czosnek, mąka pszenna – zawiera gluten, śmietana 18%), **kasza jęczmienna**/120g/(zawiera gluten), **buraczki na ciepło**/100g/(buraki, masło 82%), **woda mineralna**/200ml/, **nektarynka**. A: 1,7,9.

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

Piątek 25.09.2026

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/ (mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka żytnia, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (zawiera gluten), masło 82%, **ser żółty**/12g/ (pochodne mleka), **serek do chleba** /12g/(pochodne mleka) , **pomidorki koktajlowe**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Krupnik ryżowy** z natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, skrzydło z indyka, marchewka, seler, pietruszka, por, ryż).

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

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

K

u
c
h
a
r
k
a
:

I
n
t
e
n
d
e
n
t
: