

Jadłospis

Poniedziałek 12.10.2026

Śniadanie: **Kakao**/250ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 82%, **szwedzki stół: serek do chleba**/12g/ (pochodne mleka), **ser żółty**/12g/(pochodne mleka), **pomidorki koktajlowe**, **papryka czerwona**, **papryka żółta**, **rzodkiewka**, **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%).

Kopytka serowe z masłem i bułką tartą/180g/ (twaróg półtłusty, mąka pszenna – zawiera gluten, mąka ziemniaczana, jaja, ziemniaki, bułka tarta – zawiera gluten, masło 82%, cukier waniliowy), **woda mineralna**/200ml/, **nektarynka**. A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Rogal maślany**/25g/ (zawiera gluten), **masło** 82%, **kisiel**/200ml/, **arbuz**. A: 1,7.

Wtorek 13.10.2026

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 82%, **szynka pieczona**/22g/ (wyrób własny), **sałata**, **ogórek świeży**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Krupnik mazurski z ziemniakami** /250ml/(wywar drobiowo – warzywny: kurczak, skrzydło z indyka, marchewka, pietruszka, seler, por, kasza jęczmienna – zawiera gluten, natka pietruszki, ziemniaki).

Filet z kurczaka/60g/ (filet z kurczaka, jaja, mąka pszenna – zawiera gluten, bułka tarta – zawiera gluten, olej rzepakowy), **ziemniaki**/120g/, **surówka z kapusty pekińskiej** /90g/(kapusta pekińska, marchewka, jabłko, papryka czerwona, kukurydza, oliwa z oliwek), **woda mineralna**/200ml/, **kiwi**. A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Gruszka pieczona**/100g/(gruszka, miód, cynamon), **biszkopty bezcukrowe** /10g/(zawiera jaja i gluten), **jogurt pitny**/120ml/(pochodne mleka). A: 1,3,7.

Środa 14.10.2026

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%, **twarożek**/24g/(twaróg półtłusty, śmietana 18%, cukier waniliowy, cukier), **marchewka do chrupania**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Barszcz ukraiński z ziemniakami** i natką pietruszki/250ml/(wywar drobiowo - warzywny: kurczak, skrzydło z indyka, marchew, seler, pietruszka, por, buraki, fasolka szparagowa, buraki, fasola biała, koncentrat barszczu czerwonego, ziemniaki, śmietana 18%).

Bitka schabowa w sosie własnym /80g/(schab wieprzowy, cebula, czosnek, mąka pszenna – zawiera gluten, śmietana 18%), **kasza jęczmienna** /120g/(zawiera gluten), **kalafior**, **brokuły na parze**/90g/, **woda mineralna** /200ml/, **śliwka**. A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Placuszki twarogowe z bananem**/100g/(twaróg półtłusty, banany, mąka pszenna – zawiera gluten, jaja, cukier, proszek do pieczenia, olej rzepakowy), **herbata owocowa**/200ml/. A: 1,3,7.

Czwartek 15.10.2026

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/ (mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (zawiera gluten), **masło** 82%, **pasta jajeczna**/30g/(jaja, ser żółty, szczypiorek, majonez – zawiera jaja), **sałata**, **papryka czerwona**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

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

Risotto z ciecierzycą, zielonym groszkiem i fasolką szparagową/240g/ (ryż paraboliczny, ciecierzycą, zielony groszek, fasolka szparagowa, cebula, czosnek), **woda mineralna**/200ml/, **jabłko**. A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Chałka**/25g/ (zawiera gluten), **masło** 82%, **twarożek z malinami** /24g/(twaróg półtłusty, jogurt typu greckiego, maliny, cukier), **herbata owocowa**/200ml/. A: 1,7.

Piątek 16.10.2026

Śniadanie: **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (zawiera gluten), **masło** 82%, **ser mozzarella**/30g/(pochodne mleka), **pomidor**, **herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,7.**

Obiad: **Dyniowa z makaronem** i natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo - warzywny: kurczak, skrzydło z indyka, marchewka, seler, pietruszka, por, dynia, pomarańcza, makaron muszelka – zawiera gluten, śmietana 18%). **Filet z miruny z pieca**/80g/(filet z miruny, jaja, bułka tarta – zawiera gluten, mąka pszenna – zawiera gluten), **ziemniaki** /120g/, **surówka z marchwi i jabłka** /90g/(marchewka, jabłko, cytryna, oliwa z oliwek), **woda mineralna**/200ml/, **gruszka**. **A: 1,3,4,9.**

Podwieczorek: **Jogurt owocowy**/150g/(pochodne mleka), **chrupki kukurydziane**/10g/, **mandarynka** **częstki**. **A: 7.**

Poniedziałek 19.10.2026

Śniadanie: **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 82%, **szwedzki stół: jajko na twardo**/15g/**ser żółty**/12g/ (pochodne mleka), **sałata**, **ogórek świeży**, **rzodkiewka**, **papryka żółta**, **herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,3,7.**

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

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

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

Wtorek 20.10.2026

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 82%, **serek łaciąty**/24g/ (pochodne mleka), **pomidor**, **herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,6,7.**

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

Udko pieczone z kurczaka/150g/ (udko z kurczaka, majeranek, papryka słodka), **ziemniaki**/120g/, **surówka buraczków**/90g/(buraki, jabłko, cebula, cytryna, oliwa z oliwek), **woda mineralna**/200ml/, **banan**. **A: 1,9.**

Podwieczorek: **Naleśnik z serem i brzoskwiniami**/120g/ (mąka pszenna – zawiera gluten, mleko 2%, jaja, twaróg półtłusty, brzoskwinie, cukier). **A: 1,3,7.**

Środa 21.10.2026

Śniadanie: **Zupa mleczna z kukurydzianymi**/210ml/ (mleko 2%, płatki kukurydziane), **pieczywo mieszane** (bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 82%, **twarożek**/24g/(twaróg półtłusty, śmietana 18%, cukier, cukier waniliowy), **kalarepka**, **herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,7.**

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

Gulasz wieprzowy/80g/(szynka wieprzowa, cebula, czosnek, mąka pszenna – zawiera gluten, śmietana 18%), **kasza jęczmienna**/120g/, **surówka z kolorowej papryki i pomidora**/90g/(papryka czerwona, papryka żółta, papryka zielona, pomidorki koktajlowe, szczypiorek, oliwa z oliwek), **woda mineralna**/200ml/, **jabłko**. **A: 1,7,9.**

Podwieczorek: **Ciasteczka owsiano – bananowe z żurawiną**/20g/(płatki owsiane – zawiera gluten, banan, jaja, mąka pszenna – zawiera gluten, olej, żurawina suszona, cukier, cukier waniliowy, proszek do pieczenia), **napój roślinny migdałowy**/200ml/. **A: 1,3.**

Czwartek 22.10.2026

Śniadanie: **Kakao**/200ml/ (mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (zawiera gluten), masło 82%, **schab pieczony**/22g/(wyrób własny), **papryka żółta**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

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

Spaghetti z sosem pomidorowym i ciecierzycą/220g/ (makaron spaghetti – zawiera gluten, pomidory krojone, ciecierzycą, marchewka, pietruszka, seler, por, cebula, czosnek), **woda mineralna**/200ml/, **gruszka**.

A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Mleko smakowe** /200ml/(pochodne mleka), **chrupki kukurydziane**/20g/, **arbuz**.

A: 7.

Piątek 23.10.2026

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (zawiera gluten), masło 82%, **ser mozzarella** /24g/(pochodne mleka), **pomidor**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

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

Filet z dorsza w jarzynce/160g/(filet z dorsza, jaja, bułka tarta- zawiera gluten, mąka pszenna – zawiera gluten, marchewka, pietruszka, seler, por, groszek zielony, papryka czerwona), **ziemniaki** /120g/, **woda mineralna**/200ml/, **jabłko**.

A: 1,3,4,9.

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.

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: