Jadłospis

Poniedziałek ***09.11.2026***

Śniadanie: **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 82%, **szwedzki stół: serek do chleba**/15g/ (pochodne mleka) **ser żółty**/15g/(pochodne mleka), **rzodkiewka, herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Kalafiorowa z ziemniakami** i natką pietruszki/250ml/(wywar warzywny: marchewka, seler, pietruszka, por, kalafior, cebula, ziemniaki, śmietana 18%).
Leczo warzywne/100g/ (cukinia, papryka czerwona, marchewka, pietruszka, seler, por, cebula, czosnek, kiełbasa bracka), **ryż paraboliczny** /120g/, **woda mineralna**/200ml/, **banan**. A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Koktajl jogurtowo - owocowy**/200g/(kefir, banan, gruszka), **ciasto ucierane** /20g/(zawiera jaja i gluten). A: 1,7

Wtorek ***10.11.2026***

Śniadanie: **Kawa mleczna** /210ml/ (mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 82%, **twarożek**/15g/(twaróg półtłusty, śmietana 18%, szczypiorek), **serek waniliowy**/15g/(pochodne mleka), **rzodkiewka, herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Dyniowa z makaronem i natką pietruszki** /250ml/(wywar warzywny: marchew, seler, pietruszka, por, dynia, cebula, pomarańcza, imbir mielony, makaron muszelka – zawiera gluten, śmietana 18%).
Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym /90g/(szynka wieprzowa, kapusta pekińska, ryż, jaja, mąka pszenna – zawiera gluten, cebula, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, śmietana 18%), **ziemniaki** /150g/, **ogórek kiszony**/80g/, **woda mineralna**/200ml/, **pomarańcza.** A: 1,3,7,9.

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

Środa ***11.11.2026***

NARODOWE ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI

Czwartek ***12.11.2026***

Śniadanie: **Kakao**/200ml/ (mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (zawiera gluten), **masło** 82%, **jajecznica**/30g/(jaja, olej rzepakowy), **ser żółty**/12g/(pochodne mleka), **sałata, papryka czerwona, herbata z cytryną**/200ml/**.** A: 1,3,7.

Obiad: **Koperkowa z ryżem**/250ml/(wywar drobiowo – warzywny: skrzydło z indyka, marchewka, pietruszka, seler, cebula, koper, ryż, śmietana 18%).
Gulasz z czerwonej soczewicy/100g/ (marchewka, cukinia, soczewica czerwona, cebula, pieczarka, pomidory suszone, pomidory krojone, czosnek), **kasza jęczmienna** /120g/(zawiera gluten), **surówka z marchwi i jabłka,** /80g/(marchewka, jabłko, cytryna, oliwa z oliwek), **woda mineralna**/200ml/, **śliwka.** A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Serniczek na zimno z owocami** /100g/(jogurt typu greckiego, galaretka owocowa, mandarynka, winogrono), **wafle ryżowe** /10g/ A: 7.

Piątek ***13.11.2026***

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (zawiera gluten), **masło** 82%, **serek do chleba**/15g/(pochodne mleka), **ser mozzarella**/15g/(pochodne mleka), **pomidor, herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Grysikowa na rosole** z natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo - warzywny: skrzydło z indyka, marchewka, seler, pietruszka, por, cebula, kasza manna – zawiera gluten).
Filet z miruny/80g/(filet z miruny, jaja, bułka tarta – zawiera gluten, mąka pszenna – zawiera gluten, olej rzepakowy), **ziemniaki** /150g/, **surówka z kiszonej kapusty** /kapusta kiszona, marchewka, jabłko, olej rzepakowy),**woda mineralna**/200ml/, **napój roślinny owsiany**/150ml/. A: 1,3,4,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/ (zawiera gluten), **masło** 82%, **pasztet wyrób własny**/25g/(szynka wieprzowa, wątróbka drobiowa, jaja, marchewka, pietruszka, seler, bułka kajzerka – zawiera gluten), **ogórek świeży, herbata z cytryną**/200ml/**.** A: 1,3,7,9.

Poniedziałek ***16.11.2026***

Śniadanie: **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 82%, **szwedzki stół: ser żółty** /15g/ (pochodne mleka), **szynka wiejska**/15g/, **papryka czerwona, papryka żółta, ogórek świeży, pomidorki koktajlowe, herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,6,7.

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

Podwieczorek: **Jogurt do picia** /120g/(pochodne mleka), **chrupki kukurydziane** /10g/, **kiwi plasterki**. A: 7.

Wtorek ***17.11.2026***

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 82%, **ser mozzarella**/15g/ (pochodne mleka), **serek do łaciaty**/15g/(pochodne mleka)**, pomidor, herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Rosół z makaronem** i natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo - warzywny: udziec z indyka, marchew, seler, pietruszka, por, makaron nitka – zawiera gluten).
Potrawka z udźca indyka/80g/ (udziec z indyka, śmietana 18%, mąka pszenna – zawiera gluten), **ziemniaki** /150g/, **kalafior, brokuły na parze** /100g/**, woda mineralna**/200ml/, **jogurt pitny** /120g/(pochodne mleka)**.** A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** (chleb z ziarnem)/30g/ (zawiera gluten), **masło** 82%, **pasta rybna ze szczypiorkiem**/30g/(filet z makreli w oleju, filet z makreli w pomidorach, jaja, jogurt typu greckiego, szczypiorek), **sałata**, **herbata z cytryną**/200ml/**.** A: 1,3,4,7.

Środa ***18.11.2026***

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** 82%, **twarożek w dwóch smakach**/30g/(twaróg półtłusty, śmietana 18% rzodkiewka, szczypiorek), **kalarepka, herbata z cytryną**/200ml/**.** A: 1,7.

Obiad: **Ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki**/250ml/(wywar drobiowo - warzywny: kurczak, skrzydło indycze, marchewka, pietruszka, seler, por, cebula, ogórki kiszone, ziemniaki, śmietana 18%)
Słoneczny kociołek z dynią i ciecierzycą/100g/ (marchewka, papryka czerwona, dynia, kukurydza, ciecierzyca, cebula, czosnek, natka pietruszki), **kasza jęczmienna**/120g/, **woda mineralna**/200ml/, **banan**. A: 1,7,9.

Podwieczorek **Gruszka pieczona** /100g/(gruszka, miód, cynamon), **chrupki kukurydziane** /10g/, **napój roślinny migdałowy** /150ml/ A: brak

Czwartek ***19.11.2026***

Śniadanie: **Kakao**/200ml/ (mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (zawiera gluten), **masło** 82%, **wędlina drobiowa**/12g/, **jajko na twardo**/20g/, **sałata, szczypiorek, herbata z cytryną**/200ml/**.** A: 1,3,6,7.

Obiad: **Paprykowa z ziemniakami i** natką pietruszki/250ml/(wywar warzywny: marchew, seler, pietruszka, por, cebula, papryka czerwona, ziemniaki, śmietana 18%).

Łazanki z kapustą kiszoną i mięsem/280g/(szynka wieprzowa, mięso wołowe, kiszona kapusta, cebula, makaron łazanki - zawiera gluten, olej rzepakowy), **woda mineralna**/200ml/, **bufet warzywny.** A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Chałka** /35g/(zawiera gluten), **masło** 83%, **twarożek z malinami**/24g/(twaróg półtłusty, śmietana 18%, malina), **herbata** /200ml/**.** A: 1,7.

Piątek ***20.11.2026***

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (zawiera gluten), **masło** 82%, **serek waniliowy**/15g/ (pochodne mleka) **serek do chleba** /15g/(pochodne mleka) , **rzodkiewka, herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

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

Filet z miruny/80g/(filet z miruny, jaja, bułka tarta – zawiera gluten, mąka pszenna – zawiera gluten, olej rzepakowy), **ziemniaki** /150g/, **surówka z kapusty pekińskiej** /100g/ (kapusta pekińska, marchewka, kukurydza, cebula, jabłko, oliwa z oliwek), **woda mineralna**/200ml/, **jabłko**. A: 1,3,4,9.

Podwieczorek: **Jogurt owocowy**/150g/(pochodne mleka), **biszkopty bezcukrowe**/10g/(mąka pszenna – zawiera gluten, jaja), **mandarynka cząstki.** 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: