

# Jadłospis

## JADŁOSPIS TYGODNIOWY

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 13.04.2026	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi(200ml) Kanapki z pieczywa pszennego (25g) z masłem (5g) z pastą ze szpinaku (15g) lub serem żółtym gouda(10g) i ogórkiem zielonym (5g), papryką czerwoną (5g). Herbata owocowa (200ml). <b>II śniadanie: Jabłko</b> Alergeny: 1,7	Zupa krem z białych warzyw na wywarze drobiowym zabieleną śmietaną (250ml), Gulasz drobiowy (80g),kasza gryczana niepalona (100g), marchewka z groszkiem (100g) Kompot wielowocowy (200ml) Alergeny: 1,7,9	Ciasto francuskie z marmoladą (80g) Alergeny: 1,7
<b>WTOREK</b> 14.04.2026	Kanapki z chleba mieszanego: pszenny(20g),grahami(20g), gwarek(25g), słoneczny(25g) z masłem (5g) jajkiem gotowanym (5g) lub serem żółtym (10g), pomidorem (10g), i ogórek kiszony (10g), salata zielona. Kakao (200ml). <b>II śniadanie: Rodzynki</b> Alergeny: 1,3,7	Zupa pieczarkowa na wywarze drobiowym zabieleną śmietaną (250ml), Zapiekanka makaronowa z cukinią i brokulem w sosie serowym (180g), ogórek zielony do chrupania (50g) Alergeny: 1,3,7,9	Koktajl truskawkowy na masłance (200ml). Alergeny:7
<b>ŚRODA</b> 15.04.2026	Kanapki z chleba mieszanego: pszenny(20g), grahami(20g), gwarek(25g), słoneczny(25g) z masłem (5g), szynką (10g) lub żółtym serem (10g), ogórkiem zielonym (5g), salata zielona. Kawa zbożowa na mleku(200ml). <b>II śniadanie: Groszka</b> Alergeny: 1,7	Zupa koperkowa na wywarze drobiowym, zabieleną śmietaną (250ml), Zapiekanka makaronowa z cukinią i brokulem w sosie serowym (180g), ogórek zielony do chrupania (50g) Kompot wielowocowy (200ml) Alergeny: 1,7,9	Jogurt z nasionami chia i sosem truskawkowym Alergeny: 1,7
<b>CZWARTEK</b> 16.04.2026	Kanapki z chleba mieszanego: pszenny(20g),grahami(20g), gwarek(25g), słoneczny(25g) z masłem (5g) z szynką (10g) lub żółtym serem (10g) pomidorem (10 g) i ogórkiem zielonym (10g). Mleko (200ml). <b>II śniadanie: Żurawina</b> Alergeny: 1,7	Rosół z ryżem na wywarze drobiowo - wołowym (250 ml), Potrawka z pierśi z kurczaka (80g), kasza bulgur (100g), surówka z białej kapusty (100g) Kompot wielowocowy(200ml) Alergeny: 1,7,9	Galaretką borówkowa z jogurtem i owocami (80g) Alergeny: 1,7
<b>PIĄTEK</b> 17.04.2026	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi(200ml) Kanapki z chleba mieszanego: pszenny(20g),grahami(20g), gwarek(25g), słoneczny(25g) z masłem (5g), serkiem Philadelphia ze szczypiorkiem (10g) lub serem żółtym (10g), rzodkiewka (5g), pomidorem (10g). Herbata cytrynowa (200ml) <b>II śniadanie: Banan</b> Alergeny: 1,7	Zupa ogórkowa na wywarze drobiowym, zabieleną śmietaną (250ml), Makaron świderki w sosie ryбно-pomidorowym (180g) , papryka do chrupania (50g) Kompot wielowocowy (200ml) Alergeny: 1,4,7,9	Muffinki cytrynowe-wypiek własny(80g), mleko z miodem(200ml) Alergeny: 1,3,7

### Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn od nas niezależnych.

Napoje dosładzane miodem.

Woda źródłana dostępna w salach bez ograniczeń.

Wykaz alergenów: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3. Jajka, 4. Ryby, 5. Orzechy ziemne, 6. Ziarno sojowe, 7. Mleko, 8. Orzechy, 9. Seler, 10. Gorczyca, 11. Ziarno sezamowe, 12. Dwutlenek siarki oraz siarczany, 13. Łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne, 15. Cytrusy

Zgodnie z informacjami od producentów gotowe (kakao, herbata, kawa zbożowa, produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: gluten, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorzcycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, sól sodowo- potasowa, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, zioła prowansalskie, papryka słodka, papryka wędzona, gałka muszkatołowa, cynamon, kminek, curry, czosnek, rozmaryn, kurkuma.