

Jadłospis WRZESIEŃ II

📅07.09.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Bułka pszenna z mozzarellą i pomidorem

Składniki: ser mozzarella (z **mleka**), bułki kajzerki (**pszenica**), pomidor, masło ekstra (z **mleka**)

Kakao

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek,

Nektarynka

Obiad

Zupa fasolowa na wywarze warzywnym

Składniki: woda, ziemniaki, fasola biała, nasiona suche, marchew, cebula, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, kmin rzymski, sól biała

Racuchy z jabłkami i bananem

Składniki: jabłko, banan, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, soda oczyszczona, olej rzepakowy, cukier puder

Surówka z marchewki

Składniki: marchew, olej rzepakowy, cytryna

Kompot porzeczkowy

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone,miód

Podwieczorek

Kanapka z pastą rybną i jajka, ogórek

Składniki: bułki **pszenne** grahamki, **jaja** kurze całe, **tuńczyk** w sosie własnym (**ryba**), masło ekstra (z **mleka**), **makreła** w oleju (**ryba**), majonez (**jaja**, **gorczyca**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), szczypiorek, cytryna, ogórek

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, herbata czarna

Brzoskwinia "ufo"

📅08.09.2026 Wtorek

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **owsiane**

Napój owsiany

Kanapka z szynką z indyka i rzodkiewką

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, szynka z indyka, rzodkiewka, masło ekstra (z **mleka**)

Gruszka

Obiad

Rosół drobiowy z makaronem

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, makaron **pszenny** bezjajeczny, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, mięso z ud kurczaka, bez skóry, wołowina szponder, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pałka z kurczaka pieczona w piecu

Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy

Sałata lodowa z jogurtem naturalnym

Składniki: sałata, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**)

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona,miód

Podwieczorek

Sałatka z owoców

Składniki: gruszka, melon, jabłko, arbuz, banan, brzoskwinia w syropie, ananas, plastyry w syropie

Ciasteczka zbożowe z suszonymi owocami (**pszenica**, **żyto**, **owies**, **mleko**)

📅09.09.2026 Środa

Śniadanie

Bufet rozmaitości - kanapka z masłem papryką i ogórkiem,jajkiem,szynką,sałatą

Składniki: **jaja** kurze całe, chleb **pszenno-żytni**, papryka czerwona, ogórek, szynka wiejska, masło ekstra (z **mleka**), sałata, soczewica, kielki

Jabłko

Kawa zbożowa na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

Obiad

Krupnik z kaszą jęczmienną

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kasza **jęczmienna**, perłowa, mięso z ud kurczaka, bez skóry, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kartacze z mięsem (**pszenica**)

Surówka z białej kapusty Colesław

Składniki: kapusta biała, marchew, majonez (**jaja**, **gorczyca**), koperek

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona,

Podwieczorek

Kanapka z nutellą własnego wyrobu

Składniki: **orzechy laskowe**, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, miód pszczeli, kakao 16%, proszek, chleb **pszenny** graham

Herbata owocowa

Składniki: woda, miód, herbata owocowa

Mleko z miodem

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, miód pszczeli

Nektarynka

📅10.09.2026 Czwartek

Śniadanie

Płatki orkiszowe na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu

Kanapka z pieczywa pszenno - żytni z polędwicą z becзки i sałatą

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, polędwica sopocka, masło ekstra (z **mleka**), sałata

Obiad

Zupa pieczarkowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, pieczarki świeże, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, udo z kurczaka, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Wegański gulasz curry z ciecierzycą, warzywami i ryżem

Składniki: ryż biały, pomidory w puszcze krojone, mleczko kokosowe, ciecierzycza konserwowa, papryka czerwona, pieczarki świeże, cebula, olej rzepakowy, czosnek, curry, sól biała, pieprz, imbir suszony mielony

Kompot porzeczkowy

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone,

Podwieczorek

Zapiekanki z szynką delikatesową i serem żółtym

Składniki: szynka konserwowa, masło ekstra (z **mleka**), ser gouda tusty (z **mleka**), bułki **pszenne** zwykłe

Napój mleczny z miodem i cynamonem

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, miód pszczeli, cynamon

Banan

📅11.09.2026 Piątek

Śniadanie

Jajecznica

Składniki: **jaja** kurze całe, olej rzepakowy

Bułka grahamka z masłem

Składniki: bułki **pszenne** grahamki, masło ekstra (z **mleka**)

Kawa zbożowa na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

Banan

Obiad

Krem z pomidorów na wywarze warzywnym z grzankami pełnoziarnistymi

Składniki: woda, pomidory w puszcze całe, chleb pełnoziarnisty z **żyta**, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, oregano suszone, bazylia suszona, cukier

Paluszki rybne pieczone

Składniki: paluszki **rybne** mrożone (**pszenica**, **ryba**)

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Surówka z marchewki, selera, jabłka i nasion słonecznika

Składniki: jabłko, marchew, **seler** korzeniowy, słonecznik, nasiona, olej rzepakowy

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożone

Podwieczorek

Kisiel wiśniowy własnego wyrobu

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, skrobia ziemniaczana, miód

Chrupki kukurydziane

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**)