

 22.06.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Bułka grahamka z szynką z indyka i sałatą

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

Chipsy jabłkowe

Kakao

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

Obiad

Zupa meksykańska

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, wołowina szponder, papryka kolorowa, mrożona, koncentrat pomidorowy, 30%, **seler** korzeniowy, kukurydza, konserwowa, por, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, majeranek, papryka słodka, liść laurowy, ziele angielskie

Makaron z truskawkami

Składniki: truskawki, mrożone, makaron **pszenny** bezjajeczny, śmietana 18% (z **mleka**), cukier, olej rzepakowy

Marchewka słupki

Składniki: marchew

Kompot porzeczkowy

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone, cukier

Podwieczorek

Kielbaski z grilla

Składniki: kielbasa wieprzowa zwyczajna

Kanapka z masłem

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

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Arbuz

Kisiel wiśniowy własnego wyrobu

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

Chrupki kukurydziane

Mleko z miodem

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

 23.06.2026

Wtorek

Śniadanie

Płatki kukurydziane na mleku

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

Kanapka z nutellą własnego wyrobu

Składniki: chleb **pszenny** zwykły, awokado, banan, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, miód pszczeli, kakao 16%, proszek

Obiad

Rosół drobiowo- wołowy z makaronem

Składniki: woda, kurczak, tuszka, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, wołowina szponder, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pałka z kurczaka pieczona w piecu

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

Ziemniaki młode z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Surówka z kapusty pekińskiej, z marchewką, kukurydzą i jogurtem greckim

Składniki: kapusta pekińska, marchew, jogurt grecki (z **mleka**), kukurydza, mrożona, cebula, koperek

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Pizza z szynką i serem mozzarella

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, szynka konserwowa, ser mozzarella (z **mleka**), przecier pomidorowy, woda, drożdże piekarskie, prasowane, cukier, olej rzepakowy, przyprawa ziołowa, sól biała, czosnek

Herbata miętowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata miętowa

Nektarynka

 24.06.2026

Środa

Śniadanie

Bułka grahamka z serem i papryką

Składniki: bułki **pszenne** grahamki, papryka czerwona, ser gouda tłusty (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**)

Kakao

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

Obiad

Zupa grochowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, groch, nasiona suche, marchew, pietruszka, korzeń, cebula, kielbasa śląska, olej rzepakowy, boczek wędzony bez kości, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, cząber suszony

Potrawka z fileta z indyka w sosie curry

Składniki: mięso z piersi indyka, bez skóry, cebula, mąka **pszenna**, typ 450, śmietana 18% (z **mleka**)

Kasza bulgur (pszenica)

Trio na parze

Składniki: brokuły, mrożone, kalafior, mrożony, marchew, mrożona

Kompot wiśniowy

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

Podwieczorek

Bułeczki drożdżowe z jabłkami (pszenica, mleko)

Salatka z owoców

Składniki: melon, arbuz, banan, brzoskwinia w syropie, ananas, plastry w syropie, truskawki

Lemoniada

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

 25.06.2026

Czwartek

Śniadanie

Kanapka z szynką wieprzową i sałatą

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, szynka wieprzowa, gotowana, masło ekstra (z **mleka**), sałata

Kawa zbożowa na mleku

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

Banan

Obiad

Zupa marchwianka z ryżem

Składniki: woda, marchew, ryż biały, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, udo z kurczaka, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kotlet schabowy

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe

Salata lodowa z jogurtem naturalnym

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

Kompot porzeczkowy

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone, cukier

Podwieczorek

Panna cotta z musem truskawkowym I

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), truskawki, mrożone, miód pszczeli, cukier z prawdziwą wanilią, galaretka cytrynowa, w proszku, galaretka truskawkowa, w proszku

SŁOMKA PTYSIOWA (pszenica, jaja, mleko)

 26.06.2026

Piątek

Śniadanie

Kanapka z pieczenią królewską i rzodkiewką

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, poledwica z piersi kurczaka, rzodkiewka, masło ekstra (z **mleka**)

Kasza manna na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kasza manna (**pszenica**)

Obiad

Krem z brokuła

Składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony

Paluszki rybne pieczone

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

Ziemniaki młode z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Fasolka szparagowa z wody, z masłem i bułką tartą

Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, bułka tarta (**pszenica**), masło ekstra (z **mleka**)

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Kanapka z masłem jajkiem i szczypiorkiem

Składniki: **jaja** kurze całe, chleb **pszenno-żytni**, masło ekstra (z **mleka**), szczypiorek

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Mleko z miodem

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