



Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 06.10.2025 do 10.10.2025 r.....	2
Poniedziałek 06.10.2025	2
Śniadanie:	2
Zupa:	2
Deser:.....	2
Drugie danie:	3
Wtorek 07.10.2025	4
Śniadanie	4
Zupa	4
Deser	4
Drugie danie	5
Środa 08.10.2025	6
Śniadanie	6
Zupa	6
Deser	6
Drugie danie	6
Czwartek 09.10.2025.....	8
Śniadanie	8
Zupa	8
Deser	8
Drugie danie	9
Piątek 10.10.2025.....	10
Śniadanie	10
Zupa	10
Deser	10
Drugie Danie	11
Legenda (objaśnienia):	12

Jadłospis obowiązujący od 06.10.2025 do 10.10.2025 r.

Poniedziałek 06.10.2025

Śniadanie:

Kakao z mlekiem

Składniki

- Kakao, **mleko**, miód.

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem i serkiem wiejskim.

Składniki

- Pieczywo pszenno-żytnie (gluten **pszenny, żytni**), bułka wrocławska (gluten **pszenny**), chleb ze słonecznikiem (gluten **żytni**), masło (**mleko i jego przetwory**), serek wiejski (**mleko i jego przetwory**), rzodkiewka, szczypiorek.

Zupa:

Zupa koperkowa z ziemniakami i śmietaną.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, natka pietruszki, kurczak, śmietana 12% (**mleko i jego przetwory**), przyprawy.

Deser:

- Banan



Drugie danie:

Łazanki z kapustą i kielbasą śląską.

Składniki:

- Makaron łazankowy (**gluten pszenny**), kapusta biała, koncentrat pomidorowy, cebula, kielbasa śląska, olej rzepakowy, przyprawy.

Kompot truskawkowy

Składniki:

- Truskawki mrożone, woda, cukier.



Wtorek 07.10.2025

Śniadanie

Kawa z mlekiem.

Składniki:

- Kawa zbożowa (**jęczmień, żyto**), **mleko**.

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem i pastą z tuńczyka i jajka.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (gluten **pszenny, żytni**), bułka wrocławska (gluten **pszenny**), chleb ze słonecznikiem (gluten **żytni**), masło (**mleko i jego przetwory**), tuńczyk (**ryba**) w sosie własnym, **jaja**, majonez (**gorczyca**), papryka konserwowa, czerwona cebula.

Zupa

Zupa ogórkowa z ziemniakami i śmietaną.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, ogórki kiszone, przyprawy, śmietana 12% (mleko i jego przetwory), natka pietruszki.

Deser

Shake mleczny z truskawkami.

Składniki:

- Mleko (**mleko i jego przetwory**), mrożone truskawki cukier.



Drugie danie

Risotto z ryżem parabolicznym, kurczakiem i warzywami.

Składniki:

- Ryż paraboliczny, filet z piersi kurczaka, marchewka, groszek, cebula, olej rzepakowy, przyprawy.

Kompot śliwkowy

Składniki:

- Śliwki mrożone, woda, cukier.



Środa 08.10.2025

Śniadanie

Herbata owocowa z miodem.

Składniki:

- Herbata owocowa, miód.

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, smalczykiem z fasoli i wędlina.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (gluten **pszenny, żytni**), bułka wrocławska (gluten **pszenny**), chleb ze słonecznikiem (gluten **żytni**), masło (**mleko i jego przetwory**), szynka drobiowa, fasola, cebula, jabłko, przyprawy, pomidor koktajlowy, por.

Zupa

Zupa jarzynowa ze śmietaną.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, brukselka, kalafior, udziec z indyka, przyprawy, pietruszka, śmietana 12% (**mleko i jego przetwory**).

Deser

Ptasie mleczko jagodowe.

Składniki: galaretka jagodowa, jagody mrożone, cukier, śmietanka 30% (**mleko i jego przetwory**).

Drugie danie

Dyniowe kluseczki z sosem jogurtowo-śliwkowym.



Składniki:

- Dynia, ziemniaki, mąka (**gluten pszenny**), **jaja**, sól, jogurt naturalny, śliwki, cukier.

Kompot z czarnej porzeczki.

Składniki:

- Czarna porzeczka mrożona, woda, cukier.



Czwartek 09.10.2025

Śniadanie

Kasza manna na mleku.

Składniki:

- Kasza manna (**gluten pszenny**), **mleko**, cukier.

Bułka wrocławska z masłem i serem żółtym.

Składniki:

- Bułka wrocławska (gluten **pszenny**), masło (**mleko i jego przetwory**) ser żółty (**mleko i jego przetwory**), kalarepa.

Zupa

Zupa brokułowa z makaronem orzo i śmietaną.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, brokuł, makaron orzo (**gluten pszenny**), śmietana 12% (**mleko i jego przetwory**), natka pietruszki, przyprawy.

Deser

Ziołowy chlebek rwany.

Składniki:

- Drożdże, woda, cukier, olej rzepakowy, mąka (**gluten pszenny**), sól, masło (**mleko i jego przetwory**), natka pietruszki, koperek, czosnek, sól.



Drugie danie

Kasza bulgur z jeżykami mięsnymi w sosie pomidorowym z surówką z czerwonej kapusty.

Składniki:

- Kasza bulgur (**gluten pszen**ny), kotleciki z wieprzowego mięsa mielonego z warzywami (**se**ler), sos pomidorowy, czerwona kapusta, jabłko, majonez (**ja**ja, **gorczy**ca), przyprawy.

Kompot rabarbarowy

Składniki:

- Rabarbar mrożony, woda, cukier.



Piątek 10.10.2025

Śniadanie

Herbata z miodem i cytryną.

Składniki:

- Herbata zwykła, miód, cytryna.

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, parówki z ketchupem.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (gluten **pszenny, żytni**), bułka wrocławska (gluten **pszenny**), chleb ze słonecznikiem (gluten **żytni**), masło (**mleko i jego przetwory**) parówki z szynki, ketchup.

Zupa

Barszcz czerwony z ziemniakami i śmietaną.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, udziec z indyka, buraki, śmietana 12% (**mleko i jego przetwory**), natka pietruszki, przyprawy.

Deser

Jabłko zapiekane z twarożkiem i suszoną żurawiną.

Składniki:

- Jabłko, twarożek (**mleko i jego przetwory**), suszona żurawina.



Drugie Danie

Puree ziemniaczane z jajkiem sadzonym i sałatą z jogurtem naturalnym.

Składniki:

- Ziemniaki, **mleko**, **jajko**, sałata lodowa, szczypiorek, jogurt naturalny (**mleko i jego przetwory**), sól, pieprz.

Kompot wiśniowy

Składniki:

- Wiśnie mrożone, woda, cukier.



Legenda (objaśnienia):

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji są oznaczone wytłuszczonym drukiem i kolorem czerwonym.