

## Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 13.04.2026 do 17.04.2026 r. ....	2
Poniedziałek 13.04.2026 .....	2
Śniadanie .....	2
Pierwsze danie: .....	2
Drugie danie: .....	3
Wtorek 14.04.2026 .....	4
Śniadanie: .....	4
Drugie danie: .....	5
Środa 15.04.2026 .....	6
Śniadanie .....	6
Drugie danie: .....	7
Czwartek 16.04.2026 .....	8
Śniadanie: .....	8
Pierwsze danie: .....	8
Drugie danie: .....	9
Piątek 17.04.2026 .....	10
Śniadanie: .....	10
Pierwsze danie: .....	10
Drugie danie: .....	10
Legenda (objaśnienia): .....	12

---

## Jadłospis obowiązujący od 13.04.2026 do 17.04.2026 r.

### Poniedziałek 13.04.2026

#### Śniadanie

Zupa mleczna – płatki ryżowe .

Składniki:

- Mleko (**mleko**), płatki ryżowe.

Kanapki z pieczywa mieszanego, rogal z masłem, twarożek z ciecierzycą, sałata, pomidor, papryka czerwona, napar z lipy. Owoc – mandarynka.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni, soja**).
- Masło (**mleko**).
- Twarożek (**mleko**), ciecierzycą, sałata, pomidor, papryka czerwona, mandarynka.

#### Pierwsze danie:

Zupa grysikowa na wywarze warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, seler (**seler**), por, kaszka manna (**gluten pszenny**), ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy.

Budyń waniliowy, chałka z miodem.

Składniki:

- Mleko (**mleko**), mąka pszenna (**gluten pszenny**), **jaja**, cukier waniliowy, chałka (**gluten pszenny, soja**), miód.

- **Mleko.**

## Drugie danie:

Stek z cebulą, ziemniaki z koperkiem, rzodkiewka ze szczypiorkiem i jogurtem naturalnym, woda z cytryną.

Składniki:

- Mięso wieprzowe, **jaja**, mąka pszenna (**gluten pszenny**), cebula, olej, przyprawy.
- Ziemniaki, koperek.
- Rzodkiewka, szczypior, jogurt naturalny (**mleko**), przyprawy.

Woda z cytryną.

Składniki:

- Cytryna.

**Wtorek 14.04.2026**

### **Śniadanie:**

Kawa zbożowa.

Składniki:

- Mleko (**mleko**), kawa zbożowa (**gluten żytni, gluten jęczmienny**).

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, tosty z wędliną, serem i ketchupem, półmisek z warzywami – pomidor, papryka czerwona, kalarepa, ogórek zielony.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni**).
- Masło (**mleko**)
- Wędlina, ser żółty (mleko), koncentrat pomidorowy, passata, pomidor, papryka czerwona, kalarepa, ogórek zielony.

Pierwsze danie:

Zupa grochowa na wywarze mięsno - warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, groch, żeberka, przyprawy, natka pietruszki.

Galaretka z bitą śmietaną i owocami, woda z cytryną.

Składniki:

- Galaretka, śmietana (**mleko**), brzoskwinie, melon, mandarynka.

## Drugie danie:

Łazanki z kapustą i kielbasą, mini marchewki, woda z cytryną.

Składniki:

- Makaron (**gluten pszenny**), **jaja**, olej, cebula, kapusta biała, kapusta kiszona, kielbasa, przyprawy.
- Mini marchewki.

Woda z cytryną.

Składniki:

- Cytryna.

-----  
**Środa 15.04.2026**

## Śniadanie

Kawa inka.

Składniki:

- Mleko (**mleko**), kawa inka (**gluten żytni, gluten jęczmienny**).

Kanapki z pieczywa mieszanego, bułka wrocławska z masłem, filet pieczony w ziołach, rzodkiewka, ogórek kiszony, sałata, kiełki. Owoc – jabłko.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni, soja**).
- Masło (**mleko**).
- Filet z indyka, rzodkiewka, ogórek kiszony, sałata, kiełki, jabłko.

Pierwsze danie:

Zupa krem z zielonego groszku z grzankami na wywarze warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, groszek zielony, grzanki (**gluten pszenny**), śmietana (**mleko**), przyprawy, natka pietruszki.

Naleśniki amerykańskie z dżemem niskosłodzonym, mleko.

Składniki:

- **Mleko, jaja**, mąka pszenna (**gluten pszenny**), proszek do pieczenia, olej, dżem niskosłodzony.
- **Mleko**.

## Drugie danie:

Indyk w sosie węgierskim, kasza kuskus, kisiel.

Składniki:

- Mięso drobiowe, papryka czerwona, ogórek kiszony, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna (**gluten pszenna**), cebula, olej, przyprawy.
- Kasza kuskus.

Kompot owocowy.

Składniki:

- Kisiel.

## Czwartek 16.04.2026

### Śniadanie:

Zupa mleczna – kluski lane.

Składniki:

- Mleko (**mleko**), kasza manna (**gluten pszenny**).

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, pasta z makreli z jajkiem i szczypiorkiem, sałata, kielki, pomidory koktajlowe, marchewka do pochrupania.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni**).
- Makrela (**ryby**), twarożek (**mleko**), **jaja**, szczypiorek, sałata, kielki, pomidory koktajlowe, marchewka.

### Pierwsze danie:

Zupa z ciecierzycy na wywarze mięsno - warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, ciecierzycy, porcja rosółowa, mąka pszenna (**gluten pszenny**), przyprawy, natka pietruszki.

Koktajl malinowy na kefirze, wafle ryżowe z miodem.

Składniki:

- Kefir (**mleko**), maliny, wafle ryżowe, miód.

## Drugie danie:

Pyzy z mięsem i cebulką, surówka z kapusty kiszzonej z marchewką i cebulą, woda z cytryną.

Składniki:

- Ziemniaki, cebula, olej, mąka pszenna (**gluten pszenny**), skrobia ziemniaczana, **jaja**, przyprawy.
- Mięso wieprzowe, cebula, olej, przyprawy.

Woda z cytryną.

Składniki:

- Cytryna.

---

## Piątek 17.04.2026

### Śniadanie:

Mleko.

Składniki:

- **Mleko.**

Kanapki z pieczywa mieszanego, bułka grahamka z masłem, jajecznica, sałatka z pomidora i ogórka zielonego. Owoc – melon.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni, soja**).
- Masło (**mleko**), **jaja**, pomidor, ogórek zielony, melon.

### Pierwsze danie:

Zupa krupnik na wywarze mięsno - warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, porcja rosółowa, kasza jęczmienna (**gluten jęczmienny**), natka pietruszki, przyprawy.

Ryż z jabłkami w sosie śmietanowo - cynamonowym.

Składniki:

- Ryż, jabłka, śmietana (**mleko**), cukier, cynamon.

### Drugie danie:

Ryba panierowana, ziemniaki z koperkiem, buraczki zasmażane, kompot owocowy.

Składniki:

- Morszczuk (**ryby**), **jaja**, mąka pszenna (**gluten pszenny**), bułka tarta (**gluten pszenny**), olej, przyprawy.
- Ziemniaki, koperek.
- Buraki, śmietana (**mleko**), przyprawy.

### Kompot owocowy.

#### Składniki:

- Mieszanka owocowa, cukier.

---

## Legenda (objaśnienia):

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji są oznaczone wytłuszczonym drukiem

Ilość cukru: 5 g w 200 ml kakao, kawy, kompotu.

Jadłospis może ulec zmianie.