

# JADŁOSPIS

24-28.03.2025

PONIEDZIAŁEK - 1177 KCAL	
ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pieczywo razowe, masło, szynka rubinkowa/ ser biały, ogórek zielony 100g</li><li>• Herbata malinowa 200ml</li></ul> <i>Skład: pieczywo - gluten, masło 82% - mleko, mięso wieprzowe 87% - soja, ser - mleko, ogórek zielony</i>
II ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Jabłko 150g</li></ul>
OBIAD	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zupa kalafiorowa z zacierką 300ml</li><li>• Pierogi ukraińskie z cebulką 6szt.</li><li>• Kompot 200ml</li></ul> <i>Skład: kalafior, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18% - mleko, zacierka: mąka - gluten, jajko; mąka pszenna - gluten, ziemniaki, ser- mleko, cebula</i>
PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wyrób własny - Koktajl bananowo-brzoskwiniowy 150ml</li><li>• Chrupki kukurydziane</li></ul> <i>Skład: jogurt naturalny - mleko, mleko, banan, brzoskwinia, chrupki kukurydziane</i>
II PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none"><li>• Owoc sezonowy</li></ul>

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

# JADŁOSPIS

24-28.03.2025

WTOREK- 1160 KCAL	
<b>ŚNIADANIE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pieczywo graham, masło, pasta z makreli w pomidorach i sera/miód 100g</li><li>• Herbata z cytryną 200ml</li></ul> <i>Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, makrela- ryba, pomidory, cebula, ser- mleko, miód wielokwiatowy</i>
<b>II ŚNIADANIE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Owoc sezonowy</li></ul>
<b>OBIAD</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zupa ogórkowa z ryżem 300ml</li><li>• Kotlet de volaille z kurczaka 80g, ziemniaki 100g, surówka z białej kapusty z koperkiem 70g</li><li>• Kompot 200ml</li></ul> <i>Skład: ogórki kiszzone, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18% - mleko, ryż; filet z kurczaka, masło 82% - mleko, bułka tarta- gluten, ziemniaki, kapusta biała, koperek, olej</i>
<b>PODWIECZOREK</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wyrób własny - Muffinka marchewkowa 1szt</li></ul> <i>Skład: mąka- gluten, jajko, olej, marchewka</i>
<b>II PODWIECZOREK</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Banan</li></ul>

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

# JADŁOSPIS

24-28.03.2025

ŚRODA - 1156 KCAL	
ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pieczywo z ziarnami, masło, ser gouda/ polędwica z indyka, papryka 100g</li><li>• Kawa zbożowa 200ml</li></ul> <i><b>Skład:</b> pieczywo - gluten, masło 82% - mleko, mięso z indyka 90%, ser - mleko, ser - mleko,, papryka, kawa zbożowa - gluten, mleko</i>
II ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Owoc sezonowy</li></ul>
OBIAD	<ul style="list-style-type: none"><li>• Krem z brokułów z grzankami 300ml</li><li>• Pulpety w sosie pomidorowym 80g, kasza jęczmienna 150g, sałatka z marchewki gotowanej i ogórka kiszzonego 70g</li><li>• Kompot 200ml</li></ul> <i><b>Skład:</b> brokuły, śmietana 18% - mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki - gluten; mięso mielone wieprzowe, jajko, bułka tarta - gluten, przecier pomidorowy, kasza jęczmienna - gluten, marchewka, ogórki kiszzone, olej</i>
PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none"><li>• Krem czekoladowo-bananowy 50g</li><li>• Wafle ryżowe 2szt.</li></ul> <i><b>Skład:</b> kakao, banany, wafle ryżowe</i>
II PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none"><li>• Banan</li></ul>

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

# JADŁOSPIS

24-28.03.2025

CZWARTEK - 1225 KCAL	
ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Płatki kukurydziane z mlekiem 150ml</li><li>• Kanapeczka warzywna - pieczywo żytnie, masło, pomidor, ogórek zielony, sałata 50g</li><li>• Herbata owocowa 200ml</li></ul> <i>Skład: płatki kukurydziane, mleko, pieczywo - gluten, masło 82% - mleko, pomidor, ogórek zielony, sałata</i>
II ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Jabłko 150g</li></ul>
OBIAD	<ul style="list-style-type: none"><li>• Rosół z makaronem 300ml</li><li>• Schab wieprzowy pieczony z ziołami w sosie własnym 80g, ziemniaki puree 100g, surówka z marchewki tartej 70g</li><li>• Kompot 200ml.</li></ul> <i>Skład: kurczak, seler, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, makaron - gluten; schab wieprzowy, przyprawy ziołowe, ziemniaki, marchewka</i>
PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ciasto jogurtowe z wiśniami 1szt.</li></ul> <i>Skład: mąka - gluten, jogurt - mleko, olej, jajka, wiśnie</i>
II PODWIECZOREK	<ul style="list-style-type: none"><li>• Owoc sezonowy</li></ul>

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

# JADŁOSPIS

24-28.03.2025

PIĄTEK - 1100 KCAL	
<b>ŚNIADANIE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pieczywo słonecznikowe, masło, parówka wieprzowa, keczup 100g</li><li>• Herbata wiśniowa 200ml</li></ul> <i>Skład: pieczywo - gluten, masło 82% - mleko, parówka z szynki 93%, keczup - seler</i>
<b>II ŚNIADANIE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Owoc sezonowy</li></ul>
<b>OBIAD</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zupa wielowarzynna z natką pietruszki 300ml</li><li>• Naleśniki z serem białym 160g</li><li>• Kompot 200ml</li></ul> <i>Skład: groszek zielony, kalafior, fasolka szparagowa,, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18% - mleko, ziemniaki; naleśniki: mąka - gluten, jajko, mleko; ser - mleko</i>
<b>PODWIECZOREK</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bułka z ziarnami, masło, ser salami, pomidor 70g</li></ul> <i>Skład: mąka - gluten, masło 82% - mleko, ser - mleko, pomidor</i>
<b>II PODWIECZOREK</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Jabłko 150g</li></ul>

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym