

📅 09.03.2026 **Poniedziałek**

Śniadanie

Chleb pszenny**Chleb żytni razowy****Masło ekstra (z mleka)****SEREK ŁACIATY (z mleka)****SZYNKA WYKWINTNA (soja, mleko,****seler, gorczyca, dwutlenek siarki/ siarczyny)****Pomidor****Ogórek****Herbata owocowa**

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Jabłko

Obiad

Zupa jarzynowaSkładniki: woda, zupa jarzynowa, mrożona, ziemniaki, marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Makaron z truskawkami i serem**Składniki: truskawki, mrożone, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), makaron **pszenny** bezjajeczny, cukier**Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Chleb tostowy (p. bezglutenowy)**SER ŻÓŁTY WŁOSZCZOWSKI (z mleka)****Gruszka**📅 10.03.2026 **Wtorek**

Śniadanie

Chleb żytni razowy**Chleb pszenny****Masło ekstra (z mleka)****SER ŻÓŁTY WŁOSZCZOWSKI (z mleka)****POLĘDWICA RYDZYŃSKA (soja,****mleko, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/ siarczyny)****PASTA Z BIAŁEJ FASOLI**

Składniki: fasola biała, nasiona suche, cebula, jabłko, ogórek kiszony, olej rzepakowy

Kalarepa**Herbata z cytryną**

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Banan

Obiad

ROSÓŁ WIEDEŃSKI Z KASZKĄSkładniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, mięso z ud kurczaka, bez skóry, wołowina szponder, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Pampuchy**Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, żółtko **jaja** kurzego, masło ekstra (z **mleka**), cukier, drożdże piekarskie, prasowane, sól biała**Kapusta kiszona****Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Schab pieczony

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, olej rzepakowy

Kasza manna (pszenica)

Podwieczorek

Banan**Jabłko****Gruszka**📅 11.03.2026 **Środa**

Śniadanie

Chleb pszenny**Chleb żytni razowy****Masło ekstra (z mleka)****SEREK ŁACIATY (z mleka)****Szynka rydzyńska (mleko, gorczyca,****dwutlenek siarki/ siarczyny)****Pasta z awokado**Składniki: awokado, **jaja** kurze całe, natka pietruszki, czosnek, sól biała, pieprz**Ogórek****Herbata miętowa****Gruszka**

Obiad

Zupa brokułowa na wywarze warzywnymSkładniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony**Wiśnie****Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

PANCAKESSkładniki: mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), cukier puder, sól biała, proszek do pieczenia (**pszenica**)

Podwieczorek

ŚLIMACZKI SEROWESkładniki: mąka **pszenna**, typ 450, szynka konserwowa, woda, drożdże piekarskie, prasowane, cukier, olej rzepakowy, przyprawa ziołowa, sól biała, czosnek**Banan****SER ŻÓŁTY WŁOSZCZOWSKI (z mleka)**Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.📅 12.03.2026 **Czwartek**

Śniadanie

Chleb pszenny**Chleb żytni razowy****Masło ekstra (z mleka)****Pomidor****FILET MASLANY Z INDYKA (soja,****seler, gorczyca)****SER ŻÓŁTY WŁOSZCZOWSKI (z mleka)****Rzodkiewka****Herbata z cytryną**

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Jabłko

Obiad

Zupa owocowa z makaronemSkładniki: makaron pełnoziarnisty (**pszenica**), wiśnie bez pestek, mrożone, mąka **pszenna**, typ 450, cukier**Makaron pszenny dwujajeczny****Gulasz wieprzowy**

Składniki: wieprzowina łopatką, przecier pomidorowy, marchew, cebula, olej rzepakowy

Kasza jęczmienna, pęczak**Surówka z ogórków kiszonych i pomidorów**

Składniki: ogórek kiszony, pomidor, cebula, olej rzepakowy

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Jogurt naturalny z truskawkamiSkładniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), truskawki**Chia, nasiona (szałwia hiszpańska)**📅 13.03.2026 **Piątek**

Śniadanie

Bułki pszenne zwykłe**SEREK ŁACIATY (z mleka)****Masło ekstra (z mleka)****Dżem truskawkowy, niskosłodzony****Kiełbasa żywiecka****Pomidor****Kakao**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

Obiad

Krem z pomidorów ze słonecznikiemSkładniki: woda, pomidory w puszcze całe, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, słonecznik, nasiona, sól biała, pieprz, oregano suszone, bazyliia suszona, cukier**Pulpety z dorsza w sosie pomidorowym**Składniki: **dorsz** świeży, filety bez skóry, bułki **pszenne** zwykłe, **jaja** kurze całe, koncentrat pomidorowy, 30%, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, szczypiorek, natka pietruszki, sól biała, pieprz**Ryż brązowy****Trio na parze**

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

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Gofry tradycyjneSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, proszek do pieczenia (**pszenica**), cukier**Śmietanka 30% (z mleka)****Borówki****Brzoskwinia w syropie**