

📅 16.03.2026 **Poniedziałek**

Śniadanie

Chleb pszenny**Chleb żytni razowy****Masło ekstra (z mleka)****Pomidor****PASTA Z FETY I KISZONYCH****OGÓRKÓW**

Składniki: ogórek kiszony, ser typu "feta" (z mleka), koperek

POLĘDWICA RYDZYŃSKA (soja, mleko, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/ siarczyny)**Kalarepa****Herbata owocowa**

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Jabłko**Obiad****Krupnik z kaszą pęczak**

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kasza **jęczmienna**, pęczak, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, mięso z ud kurczaka, bez skóry, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Racuchy z jabłkami

Składniki: jabłko, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, cukier puder, soda oczyszczona

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek**Ciasteczka owsiane z bananem**

Składniki: płatki **owsiane**, soda oczyszczona, banan, masło ekstra (z **mleka**), cukier

📅 17.03.2026 **Wtorek**

Śniadanie

Chleb pszenny**Chleb żytni razowy****Masło ekstra (z mleka)****SER ŻÓŁTY WŁOSZCZOWSKI (z****mleka)****SZYNKA WYKWINTNA (soja, mleko, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/ siarczyny)****Ogórek****Zupa mleczna**

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

Herbata miętowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata miętowa

Gruszka**Obiad****Barszcz czerwony**

Składniki: woda, burak, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, cytryna, sok buraczany "barszczyk czerwony", sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek

Makaron pełnoziarnisty (pszenica)**Ziemniaki gotowane**

Składniki: ziemniaki, sól biała

Kotlet wieprzowy mielony

Składniki: wieprzowina łopatką, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cebula, bułka tarta (**pszenica**), bułki **pszenne** zwykłe

Buraczki

Składniki: burak

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek**Banan****Jabłko****Gruszka****Biszkoptowy (p. bezglutenowy)**📅 18.03.2026 **Środa**

Śniadanie

Chleb pszenny**Chleb żytni razowy****Masło ekstra (z mleka)****SEREK ŁACIATY (z mleka)****Pomidor****KIEŁBASKI LESZCZYŃSKIE (soja, gorczyca)****Papryka czerwona****Sałata****Herbata z cytryną**

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Banan**Obiad****Zupa cebulowa z popcornem**

Składniki: woda, cebula, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, udo z kurczaka, **seler** korzeniowy, por, koperek

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Ryż na mleku z cynamonem

Składniki: ryż biały, cukier, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cynamon

Podwieczorek**Placek z kruszonką (pszenica, jajka, mleko)****Jabłko**

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

📅 19.03.2026 **Czwartek**

Śniadanie

Chleb pszenny**Chleb żytni razowy****Masło ekstra (z mleka)****Pasta z prażonego słonecznika i****żółtego sera**

Składniki: ser żółty włoszcowski (z **mleka**), słonecznik, nasiona

KIEŁBASA KRAKOWSKA (pszenica, soja, mleko, gorczyca, dwutlenek siarki/ siarczyny)**Ogórek****Rzodkiewka****Herbata owocowa**

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Banan**Obiad****Zupa koperkowa z ryżem**

Składniki: woda, marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, **jaja** kurze całe, koperek, ryż biały, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Udo z kurczaka**Ziemniaki****Mizeria z jogurtem naturalnym**

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

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Chleb pszenny**Podwieczorek****Kisiel w proszku****Jabłko**📅 20.03.2026 **Piątek**

Śniadanie

Bułka pszenna z masłem

Składniki: bułki **pszenne** zwykłe, masło ekstra (z **mleka**)

SEREK ŁACIATY (z mleka)**Dżem brzoskwiniowy,****niskosłodzony****Kalarepa słupki**

Składniki: kalarepa

Kakao

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

Jabłko**Obiad****Krem z dyni**

Składniki: dynia, ziemniaki, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, cebula, masło ekstra (z **mleka**), olej rzepakowy, czosnek, sól biała, kurkuma, imbir suszony mielony

Grzanki do zupy

Składniki: chleb **pszenny**, olej rzepakowy, zioła prowansalskie

Filet z miruny smażony

Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry, mąka **pszenna**, typ 450, olej rzepakowy

Ziemniaki**Marchewka gotowana z masłem**

Składniki: marchew, mrożona, masło ekstra (z **mleka**)

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek**Ciasteczka serowe**

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**), cukier

Gruszka