

📅 23.03.2026 **Poniedziałek**

Śniadanie

Chleb pszenny**Chleb żytni razowy****Masło ekstra (z mleka)****SER ŻÓŁTY WŁOSZCZOWSKI (z mleka)****Pomidor****SZYNKA WYKWINTNA (soja, mleko, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/ siarczyny)****Ogórek****Jabłko****Kawa zbożowa (żyto, jęczmień)****Mleko krowie UHT, 2 % tłuszczu**

Obiad

Naleśniki z serem (pszenica, jajka, mleko)**Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami**Składniki: woda, ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, wieprzowina boczek bez kości, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kurczak, tuszka, cebula, czosnek, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Chleb pszenny

Podwieczorek

Banan**Jabłko****Gruszka**📅 24.03.2026 **Wtorek**

Śniadanie

Chleb pszenny**Chleb żytni razowy****Masło ekstra (z mleka)****SEREK ŁACIATY (z mleka)****POŁĘDWICA RYDZYŃSKA (soja, mleko, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/ siarczyny)****Ogórek****Papryka czerwona****Sałata lodowa****Herbata owocowa**

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Gruszka

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronemSkładniki: woda, passata pomidorowa, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, śmietana 12% (z **mleka**), skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Ziemniaki gotowane**

Składniki: ziemniaki, sól biała

Kotlet schabowySkładniki: wieprzowina schab surowy bez kości, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe**Surówka z młodej kapusty z koperkiem**

Składniki: kapusta biała, koperek, olej rzepakowy

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Koktajl bananowy na maślanceSkładniki: maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu (z **mleka**), banan📅 25.03.2026 **Środa**

Śniadanie

Chleb pszenny**Chleb żytni razowy****Masło ekstra (z mleka)****SER ŻÓŁTY WŁOSZCZOWSKI (z mleka)****Pasta jajeczna**Składniki: **jaja** kurze całe, majonez (**jajka, gorczyca**), musztarda (**gorczyca**), sól biała, pieprz**FILET MAŚLANY Z INDYKA (soja, mleko)****Rzodkiewka****Kalarepa súpki**

Składniki: kalarepa

Herbata miętowa**Jabłko**

Obiad

Zupa ogórkowaSkładniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Gofry na jogurcie naturalnym**Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, soda oczyszczona, cukier z prawdziwą wanilią**Śmietanka 30% (z mleka)****Banan****Brzoskwinia w syropie****Ananas**

Podwieczorek

Wafle ryżowe**Banan**Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.📅 26.03.2026 **Czwartek**

Śniadanie

Chleb pszenny**Chleb żytni razowy****Masło ekstra (z mleka)****Ser twarogowy chudy (z mleka)****Szynka rydzyńska (mleko, gorczyca, dwutlenek siarki/ siarczyny)****Pomidor****Ogórek****Marchewka súpki**

Składniki: marchew

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Banan

Obiad

Krem z białych warzyw z grzankamiSkładniki: woda, kalafior, ziemniaki, mięso z ud kurczaka, bez skóry, marchew, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, chleb **pszenno-żytni**, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, gałka muszkatołowa, tymianek**Sos szpinakowo-serowy**Składniki: szpinak, mrożony, mąka **pszenna**, typ 450, twaróg sernikowy (z **mleka**), czosnek, masło ekstra (z **mleka**), sól biała, pieprz, gałka muszkatołowa**Tuńczyk w sosie własnym (ryba)****Makaron pełnoziarnisty (pszenica)****Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Ser twarogowy tłusty (z mleka)

Podwieczorek

Brzoskwinia w syropie**CIASTO FRANCUSKIE**📅 27.03.2026 **Piątek**

Śniadanie

Bułki pszenne zwykłe**Masło ekstra (z mleka)****SER ŻÓŁTY WŁOSZCZOWSKI (z mleka)****Dżem truskawkowy, niskosłodzony****Pomidorki koktajlowe****KIEŁBASA KRAKOWSKA (pszenica, soja, mleko, gorczyca, dwutlenek siarki/ siarczyny)****Papryka czerwona****Kakao**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier**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**Jajko sadzone**Składniki: **jaja** kurze całe, olej rzepakowy**Fasola szparagowa****Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Bułka tarta (pszenica)

Podwieczorek

Ciasto drożdżoweSkładniki: mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, olej rzepakowy, cukier, cukier z prawdziwą wanilią, drożdże piekarskie, prasowane**Jabłko**