

 12.10.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jaja, mleko, orzechy, sezam)

Bułka żytnia (pszenica, jęczmień, owies, orkisz, jaja, soja, mleko, orzechy, gorczyca, sezam)

Masło ekstra (z mleka)

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Szynka wykwintna (soja, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/siarczyny)

Kawa zbożowa na mleku

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (żyto , jęczmień)

Ser mozzarella - kulki (z mleka)

Obiad

Krem z brokuła

Składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, seler korzeniowy, śmietana 18% (z mleka), pietruszka, korzeń, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony

Makaron z truskawkami i serem

Składniki: truskawki, mrożone, ser twarogowy półtłusty (z mleka), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), makaron pszenny bezjajeczny, cukier

Kalarepa słupki

Składniki: kalarepa

Marchewka słupki

Składniki: marchew

Ogórek słupki

Składniki: ogórek

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Podwieczorek

Chlebek rwany ziołowy

Składniki: mąka pszenna, typ 500, mleko krowie, 2% tłuszczu, masło ekstra (z mleka), olej rzepakowy, drożdże piekarskie, prasowane, natka pietruszki, koperek, sól o obn. zaw. sodu, cukier

Owocowe miseczki

Składniki: banan, jabłko, mandarynki, pomarańcza, gruszka

 13.10.2026

Wtorek

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jaja, mleko, orzechy, sezam)

Bułka żytnia (pszenica, jęczmień, owies, orkisz, jaja, soja, mleko, orzechy, gorczyca, sezam)

Masło ekstra (z mleka)

Ser gouda tłusty (z mleka)

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Herbata owocowa

Składniki: woda, miód pszczeli, herbata owocowa

Pasztet sojowy

Obiad

Zupa warzywna

Składniki: woda, ziemniaki, kalafior, brokuły, cukinia, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, cząber suszony

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Kotlet schabowy pieczony w piecu

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, bułka tarta (pszenica), jaja kurze całe, olej rzepakowy

Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką

Składniki: kapusta pekińska, jabłko, marchew, śmietana 18% (z mleka), cytryna, cukier, sól biała, pieprz

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Podwieczorek

Jogurt naturalny z truskawkami

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

Biszkopty San Petitki (pszenica, jaja)
Orzechy włoskie

 14.10.2026

Środa

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jaja, mleko, orzechy, sezam)

Bułka żytnia (pszenica, jęczmień, owies, orkisz, jaja, soja, mleko, orzechy, gorczyca, sezam)

Masło ekstra (z mleka)

FILET MAŚLANY Z INDYKA (soja, mleko)

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Serek kanapkowy (z mleka)

Kakao

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, miód pszczeli

Obiad

Zupa jarzynowa z ryżem

Składniki: woda, marchew, ryż biały, śmietana 18% (z mleka), pietruszka, korzeń, kurczak, tuszka, koperek, seler korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Gulasz z soczewicy czerwonej z kaszą jęczmienną

Składniki: woda, marchew, passata pomidorowa, dynia, kasza jęczmienna, perłowa, soczewica czerwona, nasiona suche, pietruszka, korzeń, cebula, olej rzepakowy, natka pietruszki, sól biała, papryka słodka, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek

Owocowe miseczki

Składniki: banan, jabłko, mandarynki, gruszka

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Podwieczorek

Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

Paprykarz z kaszą jaglaną (soja, seler, gorczyca)

Pieczyno chrupkie ryżowo-kukurydziane (p. bezglutenowy)
Orzechy nerkowca

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

 15.10.2026

Czwartek

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jaja, mleko, orzechy, sezam)

Bułka żytnia (pszenica, jęczmień, owies, orkisz, jaja, soja, mleko, orzechy, gorczyca, sezam)

Masło ekstra (z mleka)

Pasta z awokado

Składniki: awokado, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), sok cytrynowy 100%, sól biała

Szynka wykwintna (soja, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/siarczyny)

Kakao

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, miód pszczeli

Obiad

Krem z pora

Składniki: woda, por, ziemniaki, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, udo z kurczaka, cebula, olej rzepakowy, masło ekstra (z mleka), szczypiorek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ryż biały

Potrawka z kurczaka

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, groszek zielony, marchew, por, cebula, mąka pszenna, typ 450

Sos śmietankowy

Składniki: woda, śmietana 18% (z mleka), masło ekstra (z mleka), żółtko jaja kurzego, sól o obn. zaw. sodu, mąka pszenna, typ 550

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

Podwieczorek

Chrupki kukurydziane

Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

Orzechy włoskie

 16.10.2026

Piątek

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jaja, mleko, orzechy, sezam)

Bułka żytnia (pszenica, jęczmień, owies, orkisz, jaja, soja, mleko, orzechy, gorczyca, sezam)

Masło ekstra (z mleka)

Pasta z tuńczyka

Składniki: tuńczyk w oleju (ryba), serek kanapkowy (z mleka), sól biała, pieprz

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Kawa zbożowa z mlekiem

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, woda, kawa zbożowa (żyto, jęczmień), miód pszczeli

Jajko gotowane

Składniki: jaja kurze całe

Obiad

Krem z marchewki z grzankami

Składniki: woda, marchew, ziemniaki, udo z kurczaka, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, chleb pszenna-żytni, masło ekstra (z mleka), natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kasza jęczmienna, wiejska
Pulpety z miruny w sosie koperkowym

Składniki: filet z miruny mrożonej (ryba), bułki pszenne zwykłe, jaja kurze całe, śmietana 12% (z mleka), olej rzepakowy, mąka pszenna, typ 450, natka pietruszki, sól biała, pieprz

Bukiet warzyw na parze

Składniki: bukiet warzyw kwiatowy, mrożony, sól o obn. zaw. sodu

Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Podwieczorek

Ciastka owsiane sante (soja, mleko)

Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi