

 15.06.2026

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)

Pasta śródziemnomorska

Składniki: serek śmietankowy (z mleka), pomidory suszone w oleju, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, bazylija suszona, sól o obn. zaw. sodu, czosnek suszony, pieprz, natka pietruszki, cukier

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Kakao

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

Obiad

Krem z groszku na wywarze warzywnym

Składniki: woda, groszek zielony, mrożony, cebula, marchew, śmietanka 30% (z mleka), pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, olej rzepakowy, cytryna, czosnek, 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

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

 16.06.2026

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)

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

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Sałata

Rzodkiewka

Kakao

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

Dżem truskawkowy, niskosłodzony

Obiad

Kiełbaska z grilla na wycieczce

Składniki: kiełbasa śląska

Kecup

Musztarda (gorczyca)

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

 17.06.2026

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)

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

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Sałata

Rzodkiewka

Kakao

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

Dżem truskawkowy, niskosłodzony

Obiad

Zupa warzywna

Składniki: woda, ziemniaki, kalarepa, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, śmietana 12% (z mleka), natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Makaron pełnoziarnisty (pszenica)

Sos jarzynowy po grecku

Składniki: marchew, passata pomidorowa, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, cebula, olej rzepakowy, cukier

Owocowe talerzyki

Składniki: arbuz, banan, jabłko, gruszka, kiwi

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

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

 18.06.2026

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)

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Płatki owsiane na mleku

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki owsiane

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem

Składniki: woda, passata pomidorowa, mięso z ud kurczaka, bez skóry, marchew, ryż biały, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, śmietana 12% (z mleka), koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ziemniaki

Fasolka szparagowa z wody, z masłem

Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, masło ekstra (z mleka)

Filet z kurczaka grillowany

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, papryka słodka, sól o obn. zaw. sodu

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

 19.06.2026

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)

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor, awokado

Rzodkiewka

Pasta z czerwonej soczewicy

Składniki: soczewica czerwona, nasiona suche, czosnek, oliwa, cebula, sól biała, pieprz, zioła prowansalskie

Kawa zbożowa z mlekiem

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

Obiad

Rosół drobiowy z lanymi kluskami

Składniki: woda, marchew, jaja kurze całe, seler korzeniowy, por, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, mąka pszenna, typ 450, natka pietruszki, ziele angielskie, sól biała, pieprz, liść laurowy

Ryż biały

Sos koperkowy

Składniki: cebula, woda, marchew, śmietana 18% (z mleka), mąka pszenna, typ 450, koperek, masło ekstra (z mleka), sól biała, pieprz

Pulpety z miruny w sosie koperkowym

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

Marchewka z groszkiem i masłem

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

Woda z cytryną

Składniki: woda, cytryna

Owocowe talerzyki

Składniki: winogrona, banan, jabłko, gruszka, kiwi

Podwieczorek

Muffinki warzywne

Składniki: mąka **pszenna**, typ 500, **mleko** krowie uht, 2 % tłuszczu, **jaja** kurze całe, marchew, cukinia, olej rzepakowy, proszek do pieczenia (**pszenica**), zioła prowansalskie

Podwieczorek

Podwieczorek

Jogurt naturalny z truskawkami

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

Orzechy włoskie

Biszkopty San Petutki (pszenica, jaja)

Podwieczorek

Mini serniczki na herbatniku

Składniki: twaróg sernikowy (z **mleka**), ser mascarpone (z **mleka**), herbatniki (**pszenica**, **mleko**), **jaja** kurze całe, cukier, budyń o smaku śmietankowym w proszku (p. bezglutenowy)

Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

Podwieczorek

Galaretka owocowa

Składniki: woda, galaretka owocowa, w proszku

Owocowe talerzyki

Składniki: arbuz, banan, jabłko, gruszka, kiwi

Mleko krowie UHT, 2 % tłuszczu

Orzechy nerkowca