

📅 20.04.2026 Poniedziałek

Śniadanie

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

Bułka żytnia

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

Masło ekstra (z mleka)**Miks warzyw**

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Dżem truskawkowy, niskosłodzony**Kawa zbożowa z mlekiem**

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

Obiad

Zupa jarzynowa

Składniki: 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

Kalarepa słupki

Składniki: kalarepa

Marchewka słupki

Składniki: marchew

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

📅 21.04.2026 Wtorek

Śniadanie

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

Bułka żytnia**Masło ekstra (z mleka)****Serek śmietankowy (z mleka)**

FILET MAŚLANY Z INDYKA (soja, mleko)

Sałata**Rzodkiewka****Miks warzyw**

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Kakao

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

Obiad

Krem z marchewki z grzankami

Składniki: woda, marchew, ziemniaki, udo z kurczaka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, chleb **pszemno-żytni**, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kasza jęczmienna, wiejska**Gulasz wieprzowy**

Składniki: wieprzowina szynka surowa, marchew, cebula, olej rzepakowy

Ogórek kiszony**Woda z cytryną i miodem**

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

📅 22.04.2026 Środa

Śniadanie

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

Bułka żytnia**Masło ekstra (z mleka)****Pasta śródziemnomorska**

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

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

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Kakao

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

Ser gouda tłusty (z mleka)

Obiad

Zupa z kapusty i czerwonej soczewicy

Składniki: woda, kapusta biała, ziemniaki, marchew, soczewica czerwona, nasiona suche, mięso z udźca indyka, bez skóry, udo z kurczaka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, cebula, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, papryka wędzona

Makaron z kurczakiem i szpinakiem

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, szpinak, mrożony, makaron **pszenny** bezjajeczny, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz, gałka muszkatołowa

Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

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

📅 23.04.2026 Czwartek

Śniadanie

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

Bułka żytnia**Masło ekstra (z mleka)****Miks warzyw**

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Kasza manna na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kasza manna (**pszenica**)

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Obiad

Zupa z fasolki szparagowej

Składniki: woda, fasolka szparagowa, mrożona, ziemniaki, mięso z ud kurczaka, bez skóry, marchew, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ziemniaki**Bitki schabowe w sosie własnym**

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, woda, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450

Surówka z kapusty pekińskiej, z marchewką, kukurydzą i jogurtem greckim

Składniki: kapusta pekińska, marchew, jogurt grecki (z **mleka**), kukurydza, mrożona, cebula, koperek

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

📅 24.04.2026 Piątek

Śniadanie

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

Bułka żytnia**Masło ekstra (z mleka)****Pasta jajeczna ze szczypiorkiem**

Składniki: **jaja** kurze całe, majonez (**jajka, gorczyca**), szczypiorek

Kawa zbożowa z mlekiem

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

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Awokado

Obiad

Zupa buraczkowa na wywarze warzywnym

Składniki: woda, burak, ziemniaki, marchew, cebula, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), sok ze świeżej cytryny, olej rzepakowy, czosnek, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ryż biały**Pulpety z miruny w sosie koperkowym**

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

Trio na parze

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

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

Podwieczorek

Tosty z żółtym serem

Składniki: chleb tostowo-maślany (**pszenica, mleko**), papryka czerwona, ser edamski tłusty (z **mleka**), pomidor

Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

Podwieczorek

Wafle ryżowe

Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

Orzechy włoskie

Truskawki

Podwieczorek

Kisiel truskawkowy do picia

Składniki: woda, truskawki, skrobia ziemniaczana

Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

Biszkopty San Petutki (**pszenica, jajka**)

Podwieczorek

Galaretka owocowa z bananem i jogurtem greckim

Składniki: woda, jogurt grecki (z **mleka**), galaretka owocowa, w proszku

Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

Orzechy włoskie

Daktyl suszone

Podwieczorek

Ciasto drożdżowe (**pszenica, mleko**)

Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

Rodzynki, suszone

Mleko krowie UHT, 2 % tłuszczu