

**📅 23.03.2026 Poniedziałek****Śniadanie**

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

**Bułka żytnia**

**Masło ekstra (z mleka)**

**FILET MAŚLANY Z INDYKA (soja, mleko)**

**Miks warzyw**

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

**Salata****Kakao**

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

**Obiad****Zupa kukurydziana z popcornem**

Składniki: kukurydza, mrożona, ziemniaki, marchew, cebula, olej rzepakowy, kukurydza, ziarno, sól o obn. zaw. sodu

**Kluski leniwe z masłem**

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**) , cukier, sól biała

**Sos truskawkowy na jogurcie**

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

**Marchewka súpki**

Składniki: marchew

**Kalarepa súpki**

Składniki: kalarepa

**Woda z cytryną i miodem**

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

**Podwieczorek****Bagietki pszenne francuskie**

**Masło ekstra (z mleka)**

**Serek śmietankowy (z mleka)****Owocowe miseczki**

Składniki: banan, jabłko, mandarynki, pomarańcza, gruszka

**📅 24.03.2026 Wtorek****Śniadanie**

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

**Bułka żytnia**

**Masło ekstra (z mleka)**

**Rzodkiewka**

**SZYNKA WYKWINTNA (soja, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/ siarczyny)**

**Kawa zbożowa z mlekiem**

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

**Miks warzyw**

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

**Obiad****Zupa ziemniaczana**

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, udo z kurczaka, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

**Makaron pełnoziarnisty (pszenica)****Sos serowo - brokułowy**

Składniki: brokuły, serek śmietankowy (z **mleka**), śmietana 18% (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, masło ekstra (z **mleka**), sól biała, pieprz

**Owocowe miseczki**

Składniki: banan, jabłko, mandarynki, pomarańcza, gruszka

**Woda z cytryną i miodem**

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

**Podwieczorek****Muffinki**

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cukier, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, cukier z prawdziwą wanilią, proszek do pieczenia (**pszenica**)

**Owocowe miseczki**

Składniki: banan, jabłko, mandarynki, pomarańcza, gruszka

**📅 25.03.2026 Środa****Śniadanie**

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

**Bułka żytnia**

**Masło ekstra (z mleka)**

**Pieczeń wieprzowa rzymska**

Składniki: wieprzowina szynka surowa, bułki **pszenne** zwykłe, **jaja** kurze całe, skrobia ziemniaczana

**Kakao**

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

**Miks warzyw**

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

**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, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

**Potrawka z kurczaka**

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

**Ryż biały****Owocowe miseczki**

Składniki: banan, jabłko, mandarynki, pomarańcza, gruszka

**Woda z cytryną i miodem**

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

**Gofry tradycyjne**

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, proszek do pieczenia (**pszenica**), cukier

**Podwieczorek****Pudding z kaszy jaglanej z musem jabłkowo- dyniowym**

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, jabłko, dynia, **jaja** kurze całe, kasza jaglana, miód pszczeli, cukier

**Migdały płatki**

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

**📅 26.03.2026 Czwartek****Śniadanie**

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

**Bułka żytnia**

**Masło ekstra (z mleka)**

**Owsianka na mleku**

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

**Miks warzyw**

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

**Herbata owocowa**

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

**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

**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 duszone**

Składniki: burak, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, cytryna, sól biała, pieprz

**Woda z cytryną i miodem**

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

**Podwieczorek****Ciasteczka owsiane z bananem**

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

**Jabłka suszone****📅 27.03.2026 Piątek****Śniadanie**

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

**Bułka żytnia**

**Masło ekstra (z mleka)**

**Ser gouda tłusty (z mleka)****Jajecznica**

Składniki: **jaja** kurze całe, olej rzepakowy

**Bawarka**

Składniki: woda, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, herbata czarna

**Miks warzyw**

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

**Obiad****Zupa cebulowa z grzankami**

Składniki: woda, cebula, ziemniaki, marchew, bułka paryska (angielska) (**pszenica**), pietruszka, korzeń, udo z kurczaka, **seler** korzeniowy, por, koperek

**Kasza pęczak na sypko**

Składniki: woda, kasza **jęczmienna**, pęczak, masło ekstra (z **mleka**), sól biała

**Ryba po grecku**

Składniki: filet z **miruny** mrożonej, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, przecier pomidorowy, por, olej rzepakowy, cebula, mąka **pszenna**, typ 450, koncentrat pomidorowy, 30%, cukier, sól biała, pieprz, papryka słodka

**Woda z cytryną**

Składniki: woda, cytryna

**Podwieczorek****Ciasto zielony mech z twarogu, szpinaku i pestek granatu**

Składniki: twaróg sernikowy (z **mleka**), szpinak, mrożony, **jaja** kurze całe, pestki granatu, cukier, mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, żelatyna, sok ze świeżej cytryny, soda oczyszczona