

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA + DESER	OBIAD - II DANIE	PODWIECZOREK
Poniedziałek 18.08.2025	Płatki orkiszowe na mleku 250ml (mleko, orkisz), chleb wielozłazisty 30g (pszenica, żyto), masło 5g (mleko), hummus 25g, ogórek zielony 10g, papryka 15g, kiełki, herbata rumiankowa 200ml.	Zupa koperkowa z kaszą pęczak 250ml (mleko, seler), jogurt naturalny z dodatkiem mleka i jagód 150ml (mleko).	Pieczony nuggets w panierce kukurydzianej 80g (jaja, pszenica), ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z cukinii na bazie jogurtu 80g (mleko), woda źródlana do picia 200ml.	Chleb z masłem 40g (jaja, mleko, pszenica), 1/2 jabłka, herbata z cytryną 200ml.
Wtorek 19.08.2025	Płatki żytnie na mleku 250ml (mleko, żyto), chleb graham 30g (pszenica, żyto), masło 5g (mleko), wędlina 25g, ogórek zielony 10g, papryka 15g, napar dzika róża 200ml.	Krem z marchewki z pestkami dyni 250ml (mleko), nektarynka.	Makaron z warzywami w sosie beszamelowym 180g (mleko, pszenica), kompot z owoców mieszanych 200ml.	Naleśnik z serem i polewą wiśniową (mleko, pszenica, jaja), napar poziomka z truskawką 200ml.
Środa 20.08.2025	Kawa inka na mleku (mleko, jęczmień, żyto), chleb pszenny 40g (pszenica), masło 7g (mleko), żółty ser 30g (mleko), pomidor 15g, ogórek zielony 10g, rukola, herbata 200ml.	Kapuśniak z ziemniakami i kielbaską 250ml (seler), rogal maślane 50g (mleko, pszenica).	Kaszotto warzywne z kaszą bulgur 180g (papryka, kukurydza, groszek, fasolka czerwona i szparagowa, cebula), kompot z gruszek i czarnej porzeczki 200ml.	Salatka owocowa 140g (ananas, melon, winogron, brzoskwinie, kiwi), herbatnik 1 szt. (pszenica), napar malina z pigwą 200ml.
Czwartek 21.08.2025	Płatki gryczane na mleku 250ml (mleko), chleb razowy słonecznikowy 30g (pszenica, żyto), masło 5g (mleko), sałatka jarzynowa na bazie jogurtu 60g (mleko, jaja, gorczyca), napar malinowy 200ml.	Zupa neapolitańska z makaronem 250ml (mleko, seler, pszenica), 1/2 banana.	Rumszyk z pieczarkami 80g (jaja, pszenica, mleko), ziemniaki z koperkiem 150g, mizeria 80g (mleko), kompot z czarnej i czerwonej porzeczki 200ml.	Budyń czekoladowy 150ml (mleko), napar owoce leśne 200ml.
Piątek 22.08.2025	Płatki jęczmienne na mleku 250ml (mleko, jęczmień), chleb kukurydziany 30g (pszenica, żyto), masło 5g (mleko), jajko 30g (jaja), ogórek zielony 10g, rzodkiewka 10g, szczypiorek, herbata miętowa 200ml.	Barszcz czerwony 250ml (mleko, seler), koktajl truskawkowy 130ml (mleko).	Łosoś pieczony na parze 80g (ryba), ryż s sosem śmietanowym 100g (mleko, pszenica), sałata rzymska z pomidorkami i rzodkiewką 80g, sok 100% wieloowocowy 200ml.	Muffinka szpinakowa na słodko 60g (jaja, mleko, pszenica), cząstka arbuza, napar melisa z pomarańczą 200ml.

Zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 116/2011 w jadłospisie zaznaczono występujące alergeny.

Z przyczyn niezależnych możliwe występowanie drobnych zmian w jadłospisie.