

JADŁOSPIS W DNIACH 20-31.10.2025r.

PEŁNE WYŻYWIENIE

20.10.2025r. Poniedziałek	Śniadanie: Herbata owocowa 200ml. Kasza manna na mleku 200g. ^{*1,7} Kanapki z serem żółtym, czerwoną papryką i ogórkiem (pieczywo pszenne 70g, masło 10g, ser żółty 50g, papryka czerwona 5g, ogórek zielony 10g.) ^{*1,7} Zupa grochowa ⁹ 200ml. Makaron z serem na słodko ^{1,7,9} 200g. Twaróg 60g. Makaron 140g. Kompot wieloowocowy 200ml. Podwieczorek: banan 100g.
21.10.2025r. Wtorek	Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem 200ml. ^{*7} Kanapki z serkiem śmietankowym (pieczywo razowe 70g, masło 10g, serek śmietankowy 40g, sałata 5g, rzodkiewka 5g, pomidor 5g) ^{*1,7} Zupa jarzynowa ^{1,7,9} 200ml. Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ryżem, warzywami (papryka, por, cebula, cukinia seler) i ananasem ^{1,3,7} 200g. Filet z kurczaka 60g. Ziemniaki 100g. Warzywa i ananas 40g. Kompot wieloowocowy 200ml. Podwieczorek: jabłko 100g.
22.10.2025r. Środa	Śniadanie: Kakao 200ml ^{*7} Kanapki z szynką drobiową, ogórkiem i sałata (pieczywo pszenne 70g, masło 10g, szynka drobiowa 40g, sałata 5g, ogórek 10g.) ^{*1,7} Zupa żurek z ziemniakami ^{1,7,9} 200ml. Makaron z polewą jogurtowo-owocową ^{1,3,7} 200g. Makaron 130g. Polewa jogurtowo-owocowa 70g. Kompot wieloowocowy 200ml. Podwieczorek: mandarynka 80g, wafle ryżowe 15g.
23.10.2025r. Czwartek	Śniadanie: Herbata 200ml, Kanapki z pastą jajeczną, rzodkiewką i ogórkiem (pieczywo razowe 70g, masło 10g, pasta jajeczna 40g, rzodkiewka 5g, ogórek 5g) ^{*1,3,7} Rosół z makaronem ^{1,3,9} 200ml. Pulpety w sosie pomidorowym z kaszą gryczaną i buraczkami ^{1,3,7} 200g. Mięso wieprzowe 60g. Kasza gryczana 90g. Buraczki 50g. Kompot wieloowocowy 200ml. Podwieczorek: jogurt owocowy 130g ^{*7}
24.10.2025r. Piątek	Śniadanie: Herbata owocowa 200ml, Zupa mleczna (mleko 200 ml, płatki kukurydziane) ^{*1,7} Kanapki z pasztecikiem drobiowym, ogórkiem konserwowym i czerwoną papryką (pieczywo razowe 70g, masło 10g, pasztecik drobiowy 40g, papryka czerwona 10g, ogórek konserwowy 10g) ^{*1,7} Pomidorowa z ryżem ^{7,9} 200ml. Panierowany filet z miruny z ziemniakami i surówka z białej kapusty z dodatkiem warzyw(ogórek kiszony, papryka, kukurydza, koperek) ^{1,3,4,7,9} 200g. Ryba 60g. Ziemniaki 90g. Surówka z białej kapusty 50g. Kompot wieloowocowy 200ml. Podwieczorek: koktajl owocowy 120g (truskawka, banan, jogurt naturalny) ^{*7} chrupki kukurydziane 10g.

ALERGENY:

1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3. Jaja 4. Ryby, 5. Orzeszki ziemne, 6. Soja, 7. Nabiał, 8. Orzechy,
9. Seler, 10. Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Dwutlenek siarki, 13. Łubin, 14. Mięczaki.

JADŁOSPIS W DNIACH 20-31.10.2025r.

PEŁNE WYŻYWIENIE

27.10.2025 Poniedziałek	Śniadanie: Herbata owocowa 200ml, Ryż na mleku 200g. ^{*7} Kanapki z żółtym serkiem, ogórkiem i czerwoną papryką (pieczywo pszenne 70g, masło 10g, serek żółty 30g, papryka czerwona 10g, ogórek 10g) ^{*1,7} Zupa kalafiorowa ^{1,7,9} 200ml. Spaghetti bolognese ^{1,7,9} 200g. Mięso wieprzowe z sosem bolognese 100g. Makaron spaghetti 100g. Kompot wieloowocowy 200ml. Podwieczorek: gruszka 100g.
28.10.2025 Wtorek	Śniadanie: Herbata owocowa 200ml. Kanapki z salami, ogórkiem, sałatą i czerwoną papryką (pieczywo razowe 70g, salami 30g, ogórek 5g, sałata 5, papryka czerwona 5g) ^{*1,7} Zupa ogórkowa ^{1,7,9} 200ml. Risotto z kurczakiem i warzywami gotowanymi na parze ^{1,3,7} 200g. Filet z piersi kurczaka 60g. Ryż 90g. Warzywa gotowane na parze 50g. Kompot wieloowocowy 200ml. Podwieczorek: serek homogenizowany 120g.
29.10.2025 Środa	Śniadanie: Herbata owocowa 200ml. Parówka na gorąco z wody (pieczywo pszenne 70g, masło 10g, ogórek 10g, rzodkiewka 5g, pomidor 10g) ^{*1,7} Zupa barszcz ukraiński ^{1,7,9} 200ml. Pierogi ruskie z cebulką i śmietaną ^{1,3,7} 200g. Pierogi ruskie 4szt. Kompot wieloowocowy 200ml. Podwieczorek: kiwi 80g. wafle ryżowe 15g.
30.10.2025 Czwartek	Śniadanie: Kakao 200ml. ^{*7} Kanapki z twarogiem, rzodkiewką i szczypiorkiem (pieczywo razowe 70g, twaróg 40g, masło 10g, rzodkiewka 10g, szczypiorek 5g) ^{*1,7} Zupa pomidorowa z makaronem ^{1,3,7,9} 200ml. Gulasz drobiowy z kaszą jęczmienną i surówka z czerwonej kapusty ^{1,7,9} 200g. Filet z piersi kurczaka 60g. Kasza jęczmienna 90g. Surówka z czerwonej kapusty 50g. Kompot wieloowocowy 200ml. Podwieczorek: babka domowego wypieku 100g. ^{*1,3,7}
31.10.2025 Piątek	Śniadanie: Herbata owocowa 200ml, Płatki czekoladowe na mleku 200g. ^{*7} Kanapki z pastą brokułową, ogórkiem, rzodkiewką i sałatą (pieczywo razowe 70g, masło 10g, pasta brokułowa 40g, ogórek 5g, rzodkiewka 5g) ^{*1,3,4,7} Zupa dyniowa ^{1,7,9} 200ml. Paluszki rybne z ziemniakami i surówką z marchewki i jabłka ^{1,3,4,7} 200g. Paluszki rybne 60g. Ziemniaki 90g. Surówka z marchewki i jabłka 50g. Kompot wieloowocowy 200ml. Podwieczorek: mleczko owocowe 200ml. ^{*7}

ALERGENY:

1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3. Jaja 4. Ryby, 5. Orzeszki ziemne, 6. Soja, 7. Nabiał, 8. Orzechy,
 9. Seler, 10. Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Dwutlenek siarki, 13. Łubin, 14. Mięczaki.