

Jadłospis 08.12.2025. do 19.12.2025

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
08.12.2025 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlna wieprzowa, papryka	mleko , kawa inka, cukier, masło śmietankowe , chleb razowy, pszenny – gluten , wędlna wieprzowa, papryka	Zupa ryżowa chleb pszenny/razowy, makaron carbonara, ogórek konserwowy , herbata	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , ryż, makaron – gluten , boczek wędzony, kielbasa podwawelska, ser żółty , jajka, pietruszka, herbata	Mleko, kisiel herbatniki, jabłko	mleko , kisiel, mąka – gluten, jajka ,jabłka
Wartość kaloryczna		360 kcal		1200 kcal		280 kcal
09.12.2025 wtorek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem jajko, ogórek	mleko , kawa inka, cukier, masło śmietankowe , chleb razowy, pszenny – gluten , jajko , ogórek	Zupa czerwony barszcz, chleb pszenny/razowy, kotlet pożarski, ryż, warzywa na parze, kompot	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , buraki, ziemniaki, filet z kurczaka, masło śmietankowe , ryż, brokuły, kalafior, marchewka, jabłko	Mleko, deser jogurtowo bananowy, Flipsy kukurydziane	mleko , jogurt naturalny , banany, mąka kukurydziana,
Wartość kaloryczna		350 kcal		1000 kcal		260 kcal
10.12.2025 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem kielbasa szynkowa, pomidor	mleko , kawa inka, cukier, masło śmietankowe , chleb razowy, pszenny – gluten , kielbasa szynkowa, pomidor	Zupa chrzanowa ,chleb pszenny/razowy, makaron z serem i cynamonem, jabłko, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , jajka, boczek wędzony, chrzan, szczypior,, , makaron – gluten , cukier, cynamon, twaróg jabłka, cytryna	Mleko, jajecznica, chleb z masłem, ogórek	mleko , mąka – gluten , jajka , ogórek
Wartość kaloryczna		330 kcal		1200 kcal		310 kcal
11.12.2025 czwartek	Kakao, chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, ser żółty, papryka	mleko , kakao, cukier, masło śmietankowe , chleb razowy, pszenny – gluten , ser żółty , papryka	Zupa biały barszcz, chleb pszenny/razowy, gołąbki, ziemniaki, herbata	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , ziemniaki, kapusta, mięso mielone z łopatkami ,herbata	Mleko, naleśniki z dżemem, jabłko	mleko , mąka – gluten , jajka , dżem, jabłko
Wartość kaloryczna		360 kcal		990 kcal		300 kcal

12.12.2025 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlina wieprzowa ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny – gluten, kielbasa wieprzowa, ogórek	Zupa jarzynowa, chleb pszenny/razowy, kotlet rybny, ziemniaki, kapusta kiszona, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ziemniaki, makaron – gluten, filet z miruny, marchewka, cebula, seler, kapusta kiszona, cytryna	Mleko, mlekołaki, banan	mleko , mąka – gluten ,jajka, cukier, banan
Wartość kaloryczna		340 kcal		970 kcal		280 kcal
15.12.2025 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem polędwica wieprzowa, ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, polędwica wieprzowa, ogórek	Zupa pomidorowa z makaronem, chleb razowy/pszenny, gulasz mięsno – warzywny, kasza jęczmienna, woda z syropem	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, makaron – gluten, cebula, koncentrat pomidorowy, kasza jęczmienna, łopatka wieprzowa, papryka, pieczarki, marchewka, syrop	Mleko, kasza manna z syropem, ciastka, jabłko	mleko, kasza manna, syrop, mąka – gluten, jajka, jabłka
Wartość kaloryczna		390 kcal		1000 kcal		280 kcal
16.12.2025 wtorek	Kakao, bułka chałka z masłem i dżemem, marchewka tarkowana	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, mąka -gluten, jajka, dżem, marchewka	Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty, chleb pszenny/razowy, gałka mięsna w sosie, kasza bulgur, słupek z ogórka, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, kapusta, kiszona, ziemniaki , mięso mielone z łopatki, jajka, kasza bulgur, ogórek, herbata	Mleko , galaretka z truskawkami, herbatniki	mleko, galaretka, truskawki, mąka – gluten, jajka,
Wartość kaloryczna		360 kcal		990 kcal		300 kcal
17.12.2025 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, schab pieczony ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlina wieprzowa, ogórek	Zupa brokułowa, chleb razowy/pszenny , naleśniki z serem, mus truskawkowy, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, brokuły, ziemniaki, mąka – gluten , twaróg, jajka, cukier, śmietana, truskawki, cytryna	Mleko, jajecznica, chleb z masłem, jabłko	mleko, mąka – gluten, jajka, jabłko
Wartość kaloryczna		300 kcal		1200 kcal		320 kcal
18.12.2025 czwartek	Kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb	mleko, kakao, cukier, masło	Zupa rosół, chleb razowy/pszenny,	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, makaron –	Mleko, budyń, Flipsy, jabłka	mleko, budyń, mąka kukurydziana,

	pszenny z masłem twarożek z ogórkiem i rzodkiewką	śmietankowe, chleb razowy, pszenny – gluten, twaróg, ogórek, rzodkiewka	Podudzia z kurczaka pieczone, ziemniaki, marchewka duszona, herbata	gluten, podudzia z kurczaka, ziemniaki, marchewka, herbata		jabłko
Wartość kaloryczna		300 kcal		990 kcal		300 kcal
19.12.2025 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, kiełbasa wieprzowa papryka	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, kiełbasa szynkowa, papryka	Zupa pęczak, chleb razowy/pszenny, paluszki rybne, ziemniaki, pomidor z cebulą, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, pęczak, filet z miruny, ziemniaki, pomidor, cebula, cytryna	Mleko, płatki corn fleks, banan	Mleko, mąka kukurydziana, jajka, cukier, banan
Wartość kaloryczna		340 kcal		980 kcal		280 kcal