

📅 01.09.2026 Wtorek

Śniadanie

Bawarka

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

Bułka grahamka z szynką z indyka i papryką

Składniki: bułki pszenne grahamki, papryka czerwona, szynka z indyka, masło ekstra (z mleka)

Śniadanie II

Nektarynka

Migdały płatki

Obiad

Zupa ogórkowa

Składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, korzeń, por, seler korzeniowy, śmietana 18% (z mleka), oliwa, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Chleb pszenno-żytni

Chleb pszenny graham

Makaron z twarogiem i masłem

Składniki: makaron pszenny bezjajeczny, ser twarogowy półtłusty (z mleka), cukier, masło ekstra (z mleka)

Surówka z marchewki i jabłka

Składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy

Kompot wieloowocowy

Składniki: woda, jabłko, śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

📅 02.09.2026 Środa

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki owsiane

Pasta twarogowa z makrelą wędzoną

Składniki: makrela wędzona (ryba), ser twarogowy półtłusty (z mleka), jogurt grecki (z mleka), sól biała, pieprz

Kanapka z masłem i ogórkiem

Składniki: chleb żytni jasny, ogórek, masło ekstra (z mleka)

Śniadanie II

Jogurt naturalny z borówkami

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), borówki

Chrupki kukurydziane

Obiad

Rosół drobiowy z makaronem

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, makaron pszenny bezjajeczny, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, mięso z ud kurczaka, bez skóry, wołowina szponder, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kotlet pożarski

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, jaja kurze całe, bułka tarta (pszenica), bułki pszenne zwykle, natka pietruszki, sól biała, pieprz

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Surówka z buraczków z cebulką

Składniki: burak, cebula, cytryna, olej rzepakowy

Lemoniada

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez podkreślenie.

📅 03.09.2026 Czwartek

Śniadanie

Kakao bez cukru

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

Rogal z masłem i dżemem

Składniki: bułki i rogale pszenne maślane (jaja), masło ekstra (z mleka), dżem wiśniowy, niskosłodzony

Śniadanie II

Serek śmietankowy z sosem brzoskwiniowym

Składniki: serek śmietankowy (z mleka), brzoskwinia, cukier

Obiad

Zupa jarzynowa z lanymi kluskami

Składniki: woda, marchew, jaja kurze całe, śmietana 18% (z mleka), pietruszka, korzeń, koperek, seler korzeniowy, kurczak, tuszka, mąka pszenna, typ 450, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Chleb pszenno-żytni

Chleb pszenny graham

Fasolka po bretońsku z kielbasą

Składniki: woda, fasola biała, nasiona suche, kielbasa śląska, boczek wędzony bez kości, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, mąka pszenna, typ 450, olej rzepakowy, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała, pieprz, majeranek

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Kompot truskawkowy

Składniki: woda, truskawki, mrożone, cukier

📅 04.09.2026 Piątek

Śniadanie

Zupa mleczna z zacierką

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, makaron pszenny dwujajeczny

Kanapka z serem i pomidorem

Składniki: chleb pszenno-żytni, ser gouda tłusty (z mleka), pomidor, masło ekstra (z mleka)

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Śniadanie II

Ciasto drożdżowe z rabarbarem i malinami .

Składniki: mąka pszenna, typ 450, mleko krowie, 2% tłuszczu, rabarbar, jaja kurze całe, maliny, mrożone, masło ekstra (z mleka), cukier, drożdże piekarskie, prasowane

Obiad

Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, wieprzowina boczek bez kości, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, kurczak, tuszka, cebula, czosnek, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Chleb pszenno-żytni

Chleb pszenny graham

Ryba w sosie słodko kwaśnym z ananasem

Składniki: dorsz świeży, filety bez skóry (ryba), ananas, plastry w syropie, olej rzepakowy, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, mąka pszenna, typ 500, jaja kurze całe, sól biała, pieprz

Ryż na sypko z warzywami

Składniki: ryż biały, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), sól biała

Kompot wiśniowy

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier



 07.09.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Kawa zbożowa na mleku

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

Kanapka z twarogiem i rzodkiewką

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), rzodkiewka, masło ekstra (z **mleka**)

Śniadanie II

Arbuz

Obiad

Barszcz biały z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, zakwas na żurek (**żyto**), śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, oliwa, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Chleb pszenno-żytni

Chleb pszenny graham

Spaghetti bolognese z warzywami

Składniki: wieprzowina szynka surowa, makaron **pszenny** bezjajeczny, włoszczyzna krojona w paski, mrożona **seler**), koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, cebula

Ogórek kiszony słupki

Składniki: ogórek kiszony

Woda z cytryną

Składniki: woda, cytryna

 08.09.2026

Wtorek

Śniadanie

Płatki jęczmienne na mleku

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

Pieczeń z indyka w czosnku i ziołach

Składniki: mięso z piersi indyka, bez skóry, olej rzepakowy, czosnek, przyprawa ziołowa

Kanapka z masłem i ogórkiem

Składniki: chleb **żytni** jasny, ogórek, masło ekstra (z **mleka**)

Śniadanie II

Bananowy budyń jaglany

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, banan, kasza jaglana, oliwa

Czekolada gorzka (**soja**, **mleko**)

Obiad

Zupa szpinakowa z jajkiem

Składniki: ziemniaki, późne, kurczak, tuszka, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), szpinak, mrożony, śmietana 12% (z **mleka**), **jaja** kurze całe, sól biała, pieprz

Chleb pszenno-żytni

Chleb pszenny graham

Kopytka z masłem i bułką tartą

Składniki: ziemniaki, późne, mąka **pszenna**, typ 450, skrobia ziemniaczana, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**), bułka tarta (**pszenica**)

Surówka z marchewki i jabłka

Składniki: marchew, jabłko, oliwa

Kompot agrestowy

Składniki: woda, agrest, cukier

 09.09.2026

Środa

Śniadanie

Zupa mleczna z makaronem

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, makaron **pszenny** bezjajeczny

Jajko gotowane z majonezem i szczypiorkiem

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

Kanapka z masłem papryką i ogórkiem

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, papryka czerwona, ogórek, masło ekstra (z **mleka**)

Śniadanie II

Jogurt naturalny z truskawkami

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

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem

Składniki: woda, passata pomidorowa, mięso z ud kurczaka, bez skóry, marchew, ryż biały, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kotlet schabowy

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Mizeria ze śmietaną

Składniki: ogórek, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, cukier, sól biała

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

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

 10.09.2026

Czwartek

Śniadanie

Kasza manna na mleku

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

Szwedzki stół

Składniki: chleb pełnoziarnisty z **żyta**, ser gouda tłusty (z **mleka**), pomidorki koktajlowe, szynka konserwowa, ogórek, **jaja** kurze całe, rzodkiewka, masło ekstra (z **mleka**), szczypiorek

Śniadanie II

Broszkwinia

Chrupki kukurydziane

Obiad

Zupa fasolowa na wywarze warzywnym

Składniki: woda, ziemniaki, fasola biała, nasiona suche, marchew, cebula, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, kmin rzymski, sól biała

Chleb pszenno-żytni

Chleb pszenny graham

Zapiekanka ziemniaczana z

łososiem i cukinią

Składniki: ziemniaki, **łosoś** świeży (**ryba**), cukinia, ser gouda tłusty (z **mleka**), śmietana 18% (z **mleka**), **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**), olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, sól biała, pieprz, papryka słodka

Salata lodowa z pomidorem i sosem vinegret

Składniki: salata, pomidorki koktajlowe, olej rzepakowy

Woda z cytryną

Składniki: woda, cytryna

 11.09.2026

Piątek

Śniadanie

Kakao bez cukru

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

Paszтет z ciecierzycy pieczony

Składniki: ciecierzycza, nasiona suche, marchew, pietruszka, korzeń, **jaja** kurze całe, **seler** korzeniowy, natka pietruszki, oliwa

Kanapka z masłem i pomidorem

Składniki: chleb **pszenny**, pomidor, masło ekstra (z **mleka**)

Śniadanie II

Mix warzyw w słupku

Składniki: ogórek, marchew, kalarepa, rzodkiewka

Obiad

Barszcz czerwony zabiелany z ziemniakami

Składniki: ziemniaki, późne, burak, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, oliwa, por, natka pietruszki

Chleb pszenno-żytni

Chleb pszenny graham

Racuchy z jabłkami

Składniki: jabłko, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, cukier puder, soda oczyszczona

Banan

Kompot śliwkowy

Składniki: woda, śliwki, cukier

