

JADŁOSPIS

DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
02.06.2025 PONIEDZIAŁEK	Pieczycwo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Ser żółty (7) 20g Dodatek warzywny 20g Kaszka manna (1) na mleku (7) z owocami i miodem 150g Herbata 200 ml	Owoc 100g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300 ml (1,7,9) Gulasz wieprzowy 125g Kopytka 150g (1,3) Surówka z kiszonej kapusty 60g Woda niegazowana	Pieczycwo mieszane 30g (1) Masło 6g (7) Wędlina drobiowa 15g Dodatek warzywny 20g Woda niegazowana
Kaloryczność:	420 kcal	50 kcal	454 kcal	132 kcal
03.06.2025 WTOREK	Pieczycwo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Pasta z tuńczyka i twarogu (4,7) 30g Dżem niskosłodzony 25g Dodatek warzywny 20g Mleko na ciepło 200 ml (7) Herbata 200 ml	Owoc 200g	Zupa kalafiorowa 300 ml (1,7,9) Udko pieczone 50g Ziemniaki puree 150g (7) Fasolka szparagowa 50g Woda niegazowana	Arbuz 200g i chrupki kukurydziane 20g Woda niegazowana
Kaloryczność:	371 kcal	126 kcal	418 kcal	145 kcal
04.06.2025 ŚRODA	Pieczycwo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Serek kanapkowy 30g (7) Dodatek warzywny 20g Jagłanka na mleku (7) z owocami 150g Herbata 200 ml	Owoc 200g	Zupa barszcz ukraiński 300 ml (7,9) Kurczak po prowansalsku 95g (7) Kasza jęczmienna (1) 120g Brokuły gotowane z wiórkami masła (7) 50g Woda niegazowana	Placuszki na kefirze z sosem owocowym (1,3,7) 115g Woda niegazowana
Kaloryczność:	371 kcal	72 kcal	392 kcal	218 kcal
05.06.2025 CZWARTEK	Pieczycwo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Jajecznica (3,7) 50g Dodatek warzywny 20g Kakao na mleku (7) 200 ml Herbata 200 ml	Owoc 115g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1,9) Risotto z kurczakiem i warzywami 260g (7) Surówka z selera 70g (7,9) Woda niegazowana	Pieczycwo mieszane 30g (1) Masło 5g (7) Twarożek (7) z miodem 30g Marchewka tarta lub w słupki 20g Woda niegazowana
Kaloryczność:	402 kcal	58 kcal	393 kcal	195 kcal
06.06.2025 PIĄTEK	Pieczycwo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Wędlina drobiowa 25g Dodatek warzywny 20g Płatki owsiane (1) na mleku (7) z owocami 130g Herbata 200 ml	Owoc 80g	Zupa krupnik 300 ml (1,7,9) Ryba panierowana 60g (1,3,4) Ziemniaki 150g Surówka z białej kapusty 70g Woda niegazowana	Ciasto drożdżowe z owocem – wypiek (1,3,7) 50g Woda niegazowana
Kaloryczność:	372 kcal	78 kcal	468 kcal	150 kcal

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 – zboża zawierające gluten, 2 – skorupiaki oraz produkty pochodne, 3 – jaja i produkty pochodne, 4 – ryby i produkty pochodne, 5 – orzeszki ziemne, orzechy arachidowe i produkty pochodne, 6 – soja i produkty pochodne, 7 – mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - Orzechy: migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca, brazylijskie, pistacjowe oraz produkty pochodne, 9 – seler i produkty pochodne, 10 - Gorczyca i produkty pochodne, 11- nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 – dwutlenek siarki i siarczany, 13 – łubin i produkty pochodne, 14 – mięczaki i produkty pochodne

JADŁOSPIS

DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
09.06.2025 PONIEDZIAŁEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Pasta jajeczna (3) 35g Dodanek warzywny 20g Mleko na ciepło 200 ml (7) Herbata 200 ml	Owoc 220g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (1,9) Makaron (1) z serem białym (7) i owocami 220g Arbuz 100g Woda niegazowana	Pieczywo mieszane 30g (1) Masło 6g (7) Wędlna drobiowa 25g Dodanek warzywny 20g Woda niegazowana
Kaloryczność:	348 kcal	132 kcal	436 kcal	153 kcal
10.06.2025 WTOREK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Twarożek naturalny (7) 30g Wędlna 15g Dodanek warzywny 20g Płatki kukurydziane z jogurtem naturalnym (7) 115g Herbata 200 ml	Owoc 200g	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty 300 ml (7,9) Kotlet schabowy 60g (1,3) Ziemniaki 150g Mizeria na bazie jogurtu (7) 50g Woda niegazowana	Salatka owocowa 150g Chrupki kukurydziane 15g Woda niegazowana
Kaloryczność:	370 kcal	72 kcal	459 kcal	164 kcal
11.06.2025 ŚRODA	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Pasta z soczewicy 20g Dżem niskosłodzony 20g Dodanek warzywny 20g Kawa zbożowa (1) na mleku (7) 200 ml Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa żurek 300 ml (1,7,9) Spaghetti z makaronem (1) 210g Groszek z marchewką 50g (7) Woda niegazowana	Rogal maślany (1,7) z masłem (7) 40g Arbuz 100g Woda niegazowana
Kaloryczność:	426 kcal	87 kcal	620 kcal	188 kcal
12.06.2025 CZWARTEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Ser żółty (7) 25g Dodanek warzywny 20g Owsianka (1) na mleku (7) z owocami 155g Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300 ml (7,9) Gulasz drobiowy 135g (7) Kasza jęczmienna 120g (1) Buraczki 50g Woda niegazowana	Banan 115g Biszkopty 10g (1,3) Woda niegazowana
Kaloryczność:	478 kcal	75 kcal	379 kcal	149 kcal
13.06.2025 PIĄTEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Pasta drobiowa 20g (7) Mozzarella (7) 15g Dodanek warzywny 20g Kakao na mleku (7) 200 ml Herbata 200 ml	Owoc 115g	Zupa owocowa z makaronem 300 ml (1,3,7) Ryba panierowana 60g (1,3,4) Ziemniaki 150g Surówka z marchewki i jabłka 50g Woda niegazowana	Galaretka owocowa z owocami 200g Woda niegazowana
Kaloryczność:	386 kcal	112 kcal	448 kcal	125 kcal

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 – zboża zawierające gluten, 2 – skorupiaki oraz produkty pochodne, 3 – jaja i produkty pochodne, 4 – ryby i produkty pochodne, 5 – orzeszki ziemne, orzechy arachidowe i produkty pochodne, 6 – soja i produkty pochodne, 7 – mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - Orzechy: migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca, brazylijskie, pistacjowe oraz produkty pochodne, 9 – seler i produkty pochodne, 10 - Gorczyca i produkty pochodne, 11- nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 – dwutlenek siarki i siarczany, 13 – tlen i produkty pochodne, 14 – mięczaki i produkty pochodne

JADŁOSPIS

DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
16.06.2025 PONIEDZIAŁEK	Pieczyno mieszane 50g (1), masło 10g (7) Parówka drobiowa 50g Dodatek warzywny 20g Mleko na ciepło 200 ml (7) Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa zacierkowa 300 ml (1,3,7,9) Naleśniki z jabłkami 250g (1,3,7) Woda niegazowana	Pieczyno mieszane 30g (1) Masło 6g (7) Ser żółty 15g (7) Dodatek warzywny 20g Woda niegazowana
Kaloryczność:	437 kcal	54 kcal	476 kcal	171 kcal
17.06.2025 WTOREK	Pieczyno mieszane 50g (1), masło 10g (7) Wędlina drobiowa 25g Sałatka jarzynowa dla dzieci 100g (3,7,9) Kakao na mleku (7) 200ml Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa kapuśniak z kwaśnej kapusty 300 ml (1,7,9) Klopsiki wieprzowe z piekarnika 75g (1,3,7) Sos pieczarkowy (7) 65g Ziemniaki 150g Sałatka ala grecka 50g Woda niegazowana	Arbuz 200g Herbatniki 15g (1,6,7) Woda niegazowana
Kaloryczność:	409 kcal	75 kcal	428 kcal	138 kcal
18.06.2025 ŚRODA	Pieczyno mieszane 50g (1), masło 10g (7) Szynka gotowana 25g Dodatek warzywny 20g Kasza manna (1) na mleku (7) z tartym jabłkiem 150g Herbata 200 ml	Owoc 115g	Zupa fasolowa 300 ml (7,9) Leczo drobiowe 150g Kasza jęczmienna 105g (1) Surówka z kapusty pekińskiej 60g Woda niegazowana	Kisiel marchewkowy z truskawkami 250 ml Wafel ryżowy 10g (11) Woda niegazowana
Kaloryczność:	365 kcal	112 kcal	449 kcal	135 kcal
19.06.2025 CZWARTEK	Boże Ciało			
20.06.2025 PIĄTEK	Pieczyno mieszane 50g (1), masło 10g (7) Jajko na twardo 25g (3) Dodatek warzywny 20g Płatki orkiszowe (1) na mleku (7) z miodem 165g Herbata 200 ml	Owoc 100g	Zupa kalafiorowa 300 ml (1,7,9) Ryba panierowana 60g (1,3,4) Ziemniaki 150g Surówka z kiszonej kapusty 60g Woda niegazowana	Jogurt naturalny 150g (7) Owoc 50g Woda niegazowana
Kaloryczność:	419 kcal	50 kcal	456 kcal	139 kcal

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 – zboża zawierające gluten, 2 – skorupiaki oraz produkty pochodne, 3 – jaja i produkty pochodne, 4 – ryby i produkty pochodne, 5 – orzeszki ziemne, orzechy arachidowe i produkty pochodne, 6 – soja i produkty pochodne, 7 – mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - Orzechy: migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca, brazylijskie, pistacjowe oraz produkty pochodne, 9 – seler i produkty pochodne, 10 - Gorczyca i produkty pochodne, 11- nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 – dwutlenek siarki i siarczany, 13 – łubin i produkty pochodne, 14 – mięczaki i produkty pochodne

JADŁOSPIS

DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
23.06.2025 PONIEDZIAŁEK	Pieczыwo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Pasta jajeczna 30g (3,7) Dodatek warzywny 20g Kawa zbożowa (1) na mleku (7) 200 ml Herbata 200 ml	Owoc 100g	Zupa barszcz czysty z makaronem 300ml (1,9) Leniwe pierogi 150g (1,3,7) Sos owocowo – jogurtowy 50g (7) Woda niegazowana	Pieczыwo mieszane 30g (1) Masło 6g (7) Twarożek (7) 25g Dodatek warzywny 15g Woda niegazowana
Kaloryczność:	367 kcal	50 kcal	496 kcal	157 kcal
24.06.2025 WTOREK	Pieczыwo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Szynka gotowana 25g Dodatek warzywny 20g Płatki ryżowe na mleku (7) 165g Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa z fasolki szparagowej 300 ml (7,9) Schab pieczony 50g Sos koperkowy 50g (1,7,9) Kasza jęczmienna 100g (1) Kalafior gotowany 50g (7) Woda niegazowana	Jogurt naturalny (7) 150g Owoc 115g Woda niegazowana
Kaloryczność:	397 kcal	54 kcal	454 kcal	148 kcal
25.06.2025 ŚRODA	Pieczыwo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Serek kanapkowy (7) 30g Dżem 25g Dodatek warzywny 20g Mleko na ciepło (7) 200 ml Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa botwinka 300 ml (7,9) Indyk w kremowym sosie z dynią i marchewką 130g (7) Ryż na sypko 120g Surówka z selera 50g (7,9) Woda niegazowana	Pieczыwo graham 30g (1) Masło 6g (7) Mozzarella (7) 20g Pomidor 20g Woda niegazowana
Kaloryczność:	371 kcal	146 kcal	363 kcal	169 kcal
26.06.2025 CZWARTEK	Pieczыwo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Ser żółty 25g (7) Dodatek warzywny 20g Płatki kukurydziane z mlekiem (7) 165g Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,9) Klopsiki drobiowe w koperkowym sosie (1,3,7,9) 120g Ziemniaki 150g Surówka z ogórka kiszzonego i pomidora z oliwą 50g Woda niegazowana	Chałka z masłem (1,3,7) 40g Kalarepka do pochrupania 40g Woda niegazowana
Kaloryczność:	416 kcal	87 kcal	381 kcal	168 kcal
27.06.2025 PIĄTEK	Pieczыwo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Domowy hummus 20g (11) Wędlina drobiowa 25g Dodatek warzywny 20g Kakao na mleku (7) 200ml Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1,7,9) Ryba panierowana 60g (1,3,4) Ziemniaki 150g Surówka z czerwonej kapusty 50g (7) Woda niegazowana	Budyń na mleku (6,7,8) z owocami 200g Woda niegazowana
Kaloryczność:	413 kcal	57 kcal	439 kcal	178 kcal

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 – zboża zawierające gluten, 2 – skorupiaki oraz produkty pochodne, 3 – jaja i produkty pochodne, 4 – ryby i produkty pochodne, 5 – orzeszki ziemne, orzechy arachidowe i produkty pochodne, 6 – soja i produkty pochodne, 7 – mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - Orzechy: migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca, brazylijskie, pistacjowe oraz produkty pochodne, 9 – seler i produkty pochodne, 10 - Gorczyca i produkty pochodne, 11- nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 – dwutlenek siarki i siarczany, 13 – tulin i produkty pochodne, 14 – mięczaki i produkty pochodne

JADŁOSPIS

DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
30.06.2025 PONIEDZIAŁEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Ser żółty (7) 25g Dodatek warzywny 20g Kakao na mleku (7) 200 ml Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa ogórkowa z ryżem 300 ml (7,9) Pierogi z truskawkami 150g (1,3,7) Jogurt naturalny 25g (7) Woda niegazowana	Pieczywo mieszane 30g (1) Masło 6g (7) Wędlina drobiowa 15g Dodatek warzywny 20g Woda niegazowana
Kaloryczność:	266 kcal	54 kcal	486 kcal	137 kcal
01.07.2025 WTOREK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Jajko na twardo 25g (3) Wędlina z indyka 15g Dodatek warzywny 20g Mleko na ciepło 200 ml (7) Herbata 200 ml	Owoc 250g	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty 300 ml (7,9) Polędwiczki wieprzowe w sosie pieczarkowym (7) 120g Kasza jęczmienna (1) 105g Surówka z marchewki i jabłka 50g Woda niegazowana	Arbuz 200g Wafel ryżowy 20g Woda niegazowana
Kaloryczność:	361 kcal	132 kcal	409 kcal	150 kcal
02.07.2025 ŚRODA	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Pasta z soczewicy i twarogu (7) 20g Wędlina 25g Dodatek warzywny 20g Kaszka manna (1) na mleku (7) z owocem 155g Herbata 200 ml	Owoc 200g	Zupa grochówka 300 ml (7,9) Kotlety jajeczne 50g (3,7) Sos śmietanowy 50g (1,7,9) Ziemniaki 150g Buraczki z jabłkiem – surówka 100g Woda niegazowana	Banan 115g Woda niegazowana
Kaloryczność:	441 kcal	76 kcal	429 kcal	112 kcal
03.07.2025 CZWARTEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Szynka gotowana 25g Dodatek warzywny 20g Koktajl bananowy na bazie kefiru (7) 200 ml Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa jarzynowa 300 ml (7,9) Makaron z kurczakiem i warzywami w kremowym sosie (7) 235g Surówka z białej kapusty 70g Woda niegazowana	Drożdżówka z owocami (1,3,7) 50g Owoc 150g Woda niegazowana
Kaloryczność:	361 kcal	87 kcal	381 kcal	220 kcal
04.07.2025 PIĄTEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Twarożek z miodem (7) 30g Owoc 100g Płatki owsiane (1) na mleku (7) z miodem 165g Herbata 200 ml	Owoc 115g	Zupa krupnik 300 ml (1,7,9) Ryba panierowana 60g (1,3,4) Ziemniaki 150g Surówka z pekinki 60g Woda niegazowana	Pianka na bazie jogurtu naturalnego (7) i galaretki 118g Woda niegazowana
Kaloryczność:	458 kcal	58 kcal	459 kcal	124 kcal

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 – zboża zawierające gluten, 2 – skorupiaki oraz produkty pochodne, 3 – jaja i produkty pochodne, 4 – ryby i produkty pochodne, 5 – orzeszki ziemne, orzechy arachidowe i produkty pochodne, 6 – soja i produkty pochodne, 7 – mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - Orzechy: migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca, brazylijskie, pistacjowe oraz produkty pochodne, 9 – seler i produkty pochodne, 10 - Gorczyca i produkty pochodne, 11- nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 – dwutlenek siarki i siarczany, 13 – tulin i produkty pochodne, 14 – mięczaki i produkty pochodne