

JADŁOSPIS

DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
01.09.2025 PONIEDZIAŁEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Wędlina drobiowa 20g Dodatek warzywny 20g Płatki owsiane (1) na mleku (7) 165g Herbata 200 ml	Owoc 115g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300 ml (1,7,9) Racuchy z jabłkami i cukrem pudrem 150g (1,3,7) Woda niegazowana	Pieczywo mieszane 30g (1) Masło 5g (7) Ser żółty 10g (3) Dodatek warzywny 15g Woda niegazowana
Kaloryczność:	345 kcal	112 kcal	462 kcal	155 kcal
02.09.2025 WTOREK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Pasta rybna (4,7,9) 30g Dodatek warzywny 20g Płatki ryżowe na mleku (7) 165g Herbata 200 ml	Owoc 250g	Zupa Kapuśniak 300 ml (7,9) Pieczone klopsiki w koperkowym sosie 110g (1,3,6,7,9) Ziemniaki 150g Surówka z czerwonej kapusty 50g (7) Woda niegazowana	Galaretka owocowa 200g Chrupki kukurydziane 10g Woda niegazowana
Kaloryczność:	381 kcal	132 kcal	390 kcal	158 kcal
03.09.2025 ŚRODA	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Parówka drobiowa 50g Dodatek warzywny 20g Mleko na ciepło 200 ml Herbata 200 ml	Owoc 155g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (1,9) Leczo z mięsem drobiowym 150g Ryż 105g Arbuz 150g Woda niegazowana	Pieczywo mieszane 30g (1) Masło 5g (7) Serek kanapkowy 20g (7) Dodatek warzywny 20g Woda niegazowana
Kaloryczność:	457 kcal	91 kcal	363 kcal	145 kcal
04.09.2025 CZWARTEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Twarożek z dżemem 50g (7) Jabłko 75g Kakao na mleku (7) 200ml Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa grochówka 300 ml (9) Gołąbki bez zawijania 120g (3,9) Sos pomidorowy 75g (1,9) Ziemniaki 150g Sałatka ala grecka 50g Woda niegazowana	Jogurt naturalny 150g (7) Owoc 50g Woda niegazowana
Kaloryczność:	452 kcal	75 kcal	426 kcal	115 kcal
05.09.2025 PIĄTEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Domowy hummus 20g (11) Serek śmietankowy 30g (1) Dodatek warzywny 20g Kawa zbożowa (1) na mleku (7) 200 ml Herbata 200 ml	Owoc 115g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1,7,9) Ryba panierowana 60g (1,3,4) Ziemniaki 150g Surówka z kiszzonej kapusty 60g Woda niegazowana	Drożdżówka – wypiek 50g (1,3,7) Woda niegazowana
Kaloryczność:	482	58 kcal	439 kcal	146 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
08.09.2025 PONIEDZIAŁEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Jajecznicza 50g (3) Dodatek warzywny 20g Kakao na mleku (7) 200 ml Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa owocowa z makaronem 300ml (1,7) Naleśniki z dżemem 200g (1,3,7) Owoc 35g Woda niegazowana	Pieczywo mieszane 30g (1) Masło 6g (7) Wędlina drobiowa 10g Dodatek warzywny 20g Woda niegazowana
Kaloryczność:	425 kcal	75 kcal	456 kcal	135 kcal
09.09.2025 WTOREK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Twarożek ze szczypiorkiem 30g (7) Dodatek warzywny 20g Mleko na ciepło (7) 200ml Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa barszcz ukraiński 300ml (1,7,9) Kotlet schabowy 60g (1,3) Ziemniaki 150g Groszek z marchewką 50g (7) Woda niegazowana	Chałka z masłem (1,3,7) 41g Jabłko 50g Woda niegazowana
Kaloryczność:	366 kcal	87 kcal	516 kcal	187 kcal
10.09.2025 ŚRODA	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Szynka gotowana 25g Dodatek warzywny 20g Kaszka manna (1) na mleku (7) z truskawką i miodem 185g Herbata 200 ml	Owoc 80g	Zupa gulaszowa 300ml (7,9) Kasza jaglana po meksykańsku 250g Gotowane brokuły 50g (7) Woda niegazowana	Pieczywo mieszane 30g (1) Masło 6g (7) Ser żółty 15g (7) Dodatek warzywny 20g Woda niegazowana
Kaloryczność:	432 kcal	49 kcal	396 kcal	171 kcal
11.09.2025 CZWARTEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Pasta z fasoli i jabłka 20g Wędlina 20g (7) Dodatek warzywny 20g Płatki jaglane na mleku (7) z owocem i wiórkami kokosowymi 140g Herbata 200 ml	Owoc 115g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300 ml (7,9) Makaron (1) ze szpinakiem i kurczakiem 225g Fasolka szparagowa 50g (7) Woda niegazowana	Mus jabłkowo – dyniowy 150g Wafel ryżowy 10g (11) Woda niegazowana
Kaloryczność:	428 kcal	112 kcal	370 kcal	134 kcal
12.09.2025 PIĄTEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Serek kanapkowy 205 (7) Dodatek warzywny 20g Płatki kukurydziane z jogurtem (7) 115g Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa kalafiorowa 300 ml (1,9,10) Ryba panierowana 60g (1,3,4) Ziemniaki puree 150g Surówka z kapusty pekińskiej 80g Woda niegazowana	Ryż na mleku (7) z jabłkami i cynamonem 185g Woda niegazowana
Kaloryczność:	344 kcal	72 kcal	468 kcal	187 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
15.09.2025 PONIEDZIAŁEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Ser żółty 20g (7) Dodatek warzywny 20g Płatki jaglane na mleku (7) 165g Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa zacierkowa 300 ml (1,3,7,9) Kurczak w sosie pieczarkowym 120g (7) Kopytka 150g (1,3) Surówka z selera 70g (7,9) Woda niegazowana	Banan 80g Woda niegazowana
Kaloryczność:	446 kcal	50 kcal	482 kcal	78 kcal
16.09.2025 WTOREK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Twarożek z rzodkiewką 35g (7) Dodatek warzywny 20g Płatki orkiszowe (1) na mleku (7) 165g Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa krupnik 300 ml (9) Pieczeń rzymska 50g (1,3) Sos śmietanowy 75g (7) Ziemniaki 150g Gotowana marchewka (7) 50g Woda niegazowana	Placuszki z jabłkami 150g (1,3,7) Woda niegazowana
Kaloryczność:	424 kcal	87 kcal	434 kcal	210 kcal
17.09.2025 ŚRODA	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Pasta z soczewicy 15g Dżem niskosłodzony 25g Dodatek warzywny 20g Kakao na mleku (7) 200 ml Herbata 200 ml	Owoc 80g	Zupa żurek 300 ml (1,7,9) (7,9) Udko pieczone 50g Ryż na sypko z warzywami w sosie koperkowym 200g (1,7,9) Woda niegazowana	Jabłko 100g Woda niegazowana
Kaloryczność:	425 kcal	49 kcal	588 kcal	50 kcal
18.09.2025 CZWARTEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Wędlina drobiowa 25g Dodatek warzywny 20g Mleko (7) z miodem 200 ml Herbata 200 ml	Owoc 115g	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (1,7,9) Indyk ze szpinakiem 120g (7) Ziemniaki 150g Surówka z białej kapusty 50g Woda niegazowana	Budyń na mleku 190g (6,7,8) Woda niegazowana
Kaloryczność:	381 kcal	111 kcal	387 kcal	170 kcal
19.09.2025 PIĄTEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 35g (3,7) Dodatek warzywny 20g Kasza manna (1) na mleku (7) 165g Herbata 200 ml	Owoc 115g	Zupa z fasolki szparagowej 300 ml Ryba panierowana 60g (1,3,4) Ziemniaki 150g Buraczki 50g Woda niegazowana	Gruszka 150g Chrupki kukurydziane 10g Woda niegazowana
Kaloryczność:	421 kcal	58 kcal	466 kcal	127 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
22.09.2025 PONIEDZIAŁEK	Pieczywo mieszane 30g (1), masło 6g (7) Jajko gotowane na twardo 25g (3) Wędlina 10g Dodatek warzywny 20g Kakao na mleku (7) 150ml Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa barszcz z makaronem 300g (1,7,9) Leniwe pierogi 150g (1,3,7) Sos owocowo – jogurtowy (7) 50g Woda niegazowana	Pieczywo mieszane 30g (1) Masło 5g (7) Serek kanapkowy 15g (7) Dodatek warzywny 15g Woda niegazowana 200 ml
Kaloryczność:	396 kcal	75 kcal	472 kcal	160 kcal
23.09.2025 WTOREK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Szynka gotowana 25g Dodatek warzywny 20g Płatki kukurydziane z mlekiem (7) 170g Herbata 200 ml	Owoc 200g	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty 300g (7,9) Klopsiki w sosie pomidorowym (1,3) 120g Ziemniaki 150g Surówka z pora 70g Woda niegazowana	Jogurt naturalny 150g (7) Jabłko 150g Woda niegazowana
Kaloryczność:	400 kcal	126 kcal	367 kcal	165 kcal
24.09.2025 ŚRODA	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Twaróg w plastrach 30g Dodatek warzywny 20g Kaszka manna (1) na mleku (7) 135g Herbata 200 ml	Owoc 80g	Zupa z soczewicy 300g Makaron (1) z kurczakiem i warzywami 200g Woda niegazowana	Kisiel marchewkowy 250g Woda niegazowana
Kaloryczność:	394 kcal	80 kcal	474 kcal	97 kcal
25.09.2025 CZWARTEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Ser żółty (7) 20g Dżem 20g Dodatek warzywny 20g Mleko na ciepło (7) 200 ml Herbata 200 ml	Owoc 100g	Zupa jarzynowa 300g (7,9) Połędwiczki wieprzowe w sosie pieczarkowym (7) 120g Kasza jęczmienna (1) 100g Ogórek kiszony 50g Woda niegazowana	Pieczywo mieszane 30g (1) Masło 5g (7) Twarożek 30g (7) Dodatek warzywny 20g Woda niegazowana 200
Kaloryczność:	421 kcal	60 kcal	410 kcal	160 kcal
26.09.2025 PIĄTEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Paszтет drobiowo-warzywny (wyrób własny) 50g Dodatek warzywny 20g Płatki owsiane (1) z mlekiem (7) i miodem 165g Herbata 200 ml	Owoc 80-100g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (7,9) Ryba panierowana 60g (1,3,4) Ziemniaki 150g (7) Surówka z kiszzonej kapusty 50g Woda niegazowana	Ciasteczka owsiane z żurawiną 40g (1,3,7)
Kaloryczność:	430 kcal	50 kcal	417 kcal	173 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
29.09.2025 PONIEDZIAŁEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Wędlina drobiowa 25g Dodatek warzywny 20g Owsianka (1) na mleku (7) z mlekiem (7) i bananem 160g Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa koperkowa z kluseczkami 300 ml (7,9) Pierogi z serem na słodko 150g (1,3,7) Jogurt 50g (7) Woda niegazowana	Pieczywo mieszane 30g (1) Masło 5g (7) Ser mozzarella (7) 15g Dodatek warzywny 20g Woda niegazowana 200 ml
Kaloryczność:	424 kcal	75 kcal	488 kcal	162 kcal
30.09.2025 WTOREK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Pasta z jajka (3) i sera żółtego (7) 30g Dodatek warzywny 20g Mleko na ciepło 150 ml (7) Herbata 200 ml	Owoc 200g	Zupa kalafiorowa 300 ml (7,9) Gulasz wieprzowy 115g Ziemniaki 150g Surówka z kiszzonej kapusty 60g Woda niegazowana	Galaretką 200g Chrupki kukurydziane 10g Woda niegazowana
Kaloryczność:	397 kcal	126 kcal	375 kcal	158 kcal
01.10.2025 ŚRODA	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Ser żółty (7) 15g, Dżem 20g Dodatek warzywny 20g Płatki ryżowe na mleku (7) 165g Herbata 200 ml	Owoc 100g	Zupa fasolowa 300 ml (7,9) Spaghetti 215g (1) Fasolka szparagowa 50g (7) Woda niegazowana	Grahamka (1) z masłem (7) 40g Dodatek warzywny 20g Woda niegazowana
Kaloryczność:	307 kcal	60 kcal	431 kcal	132 kcal
02.10.2025 CZWARTEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Domowy serek kanapkowy z koperkiem 30g (7) Dodatek warzywny 20g Kakao na mleko 200 ml (7) Herbata 200 ml	Owoc 115g	Rosół z makaronem 300 ml (1,9) Kasza jęczmienna (1,9) z warzywami i kurczakiem 200g Surówka z marchewki 50g Woda niegazowana	Kaszka manna (1) na mleku (7) z jabłkiem i cynamonem 245g Woda niegazowana
Kaloryczność:	380 kcal	112 kcal	358 kcal	209 kcal
03.10.2025 PIĄTEK	Pieczywo mieszane 50g (1), masło 10g (7) Pasta drobiowa z indyka 25g Mozzarella 20g (7) Dodatek warzywny 20g Kawa zbożowa (1) na mleku (7) 200 ml Herbata 200 ml	Owoc 150g	Zupa neapolitańska 300 ml (9) Ryba panierowana 60g (1,3,4) Ziemniaki puree 150g (7) Gotowana brukselka 50g (7) Woda niegazowana	Mini serniczek na zimno z owocami 75g (7) Woda niegazowana
Kaloryczność:	432 kcal	75 kcal	479 kcal	76 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