



31.08.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Chleb pełnoziarnisty z żyta
Masło 82% (z mleka)
Makreła wędzona (ryba)

Pasta z bobu i jajek
Składniki: bób, **jaja** kurze całe, majonez (**jaja**, **gorczyca**), śmietana 12% (z **mleka**), szczypiorek, cytryna, sól biała, pieprz

Sałata
Pomidor
Ogórek
Banan

Mleko krowie, 2% tłuszczu
Herbata czarna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Obiad

Krupnik z kaszą pęczak

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kasza **jęczmienna**, pęczak, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, mięso z ud kurczaka, bez skóry, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Placki bananowe mini pieczone

Składniki: banan, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, cukier, proszek do pieczenia (**pszenica**), soda oczyszczona

Jogurt grecki (z mleka)

Surówka wielowarzywna

Składniki: kapusta włoska, marchew, jabłko, por, papryka czerwona, olej rzepakowy, koperek

Herbata miętowa

Podwieczorek

Kasza manna na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, kasza manna (**pszenica**)

Mus wiśniowy własnego wyrobu

Składniki: wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

Herbata melisa z truskawką, bez cukru

Składniki: woda, herbata z melisy z truskawką



01.09.2026

Wtorek

Śniadanie

Chleb dyniowy (żyto)
Masło 82% (z mleka)
Szynka swojska (soja)
Pomidor

Ogórek
Kiwi
Kakao bez cukru
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek

Obiad

Zupa buraczkowa z makaronem pełnoziarnistym

Składniki: woda, burak, makaron pełnoziarnisty (**pszenica**), marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 12% (z **mleka**), natka pietruszki, sok ze świeżej cytryny, sól biała, pieprz

Gołąbki bez zawijania z szynki wieprzowej w sosie pomidorowym

Składniki: wieprzowina szynka surowa, woda, kapusta włoska, koncentrat pomidorowy, 30%, ryż biały

Ziemniaki

Marchewka z groszkiem na parze

Składniki: marchew z groszkiem, mrożona

Herbata truskawkowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata truskawkowa

Podwieczorek

Galaretką owocową z brzoskwinią i jogurtem greckim

Składniki: woda, brzoskwinia, jogurt grecki (z **mleka**), galaretką owocowa, w proszku

Maliny



02.09.2026

Środa

Śniadanie

Chleb pszenno-żytni
Masło 82% (z mleka)
Ser gouda tłusty (z mleka)
Pasta z groszku

Składniki: groszek zielony, mrożony, czosnek, oliwa, sól biała, pieprz

Salata
Pomidor

Marchewka súpki

Składniki: marchew

Kawa zbożowa na mleku

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

Obiad

Zupa kalafiorowa

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

Makaron z kurczakiem i szpinakiem

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, szpinak, mrożony, makaron **pszenny** bezjajeczny, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz, gałka muszkatołowa

Surówka z ogórka kiszzonego, jabłka i kukurydzy

Składniki: ogórek kiszzony, jabłko zielone, kukurydza, konserwowa, olej rzepakowy

Kompot wiśniowy

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

Podwieczorek

Ciasteczka owsiane z bananem bez cukru

Składniki: banan, płatki **owsiane**, **jaja** kurze całe, wiórki kokosowe, masło ekstra (z **mleka**), soda oczyszczona

Arbuz

Napój mleczny jogurtowy

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



03.09.2026

Czwartek

Śniadanie

Chleb pełnoziarnisty z żyta
Masło 82% (z mleka)
Jajecznica

Składniki: **jaja** kurze całe, olej rzepakowy

Pomidor

Rzodkiewka

Jabłko

Mleko krowie UHT, 2 % tłuszczu

Herbata czarna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Obiad

Zupa brokułowa na wywarze warzywnym

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

Pulpety z ciecierzycy vegetariańskie

Składniki: ciecierzycza konserwowa, bułka tarta (**pszenica**), natka pietruszki, mąka **pszenna**, typ 450, olej rzepakowy, czosnek, kolendra, nasiona, kmin rzymski, papryka ostra, sól o obn. zaw. sodu, pieprz, sok ze świeżej cytryny

Ziemniaki

Surówka z białej kapusty z koperkiem

Składniki: kapusta biała, koperek, olej rzepakowy, musztarda (**gorczyca**), cukier, sól biała, pieprz

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Podwieczorek

Jogurt naturalny z borówkami

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

Chrupki kukurydziane



04.09.2026

Piątek

Śniadanie

Chleb dyniowy (żyto)
Masło 82% (z mleka)
Pasta z czerwonej soczewicy

Składniki: soczewica czerwona, nasiona suche, czosnek, oliwa, cebula, sól biała, pieprz, zioła prowansalskie

Ser twarogowy chudy (z mleka)

Salata

Pomidor

Ogórek

Gruszka

Bawarka

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

Obiad

Zupa pomidorowa ze świeżych pomidorów z makaronem

Składniki: woda, pomidor, makaron **pszenny** bezjajeczny, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), mięso z ud kurczaka, bez skóry, natka pietruszki, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Paluszki rybne pieczone

Składniki: paluszki **rybne** mrożone (**pszenica**, **ryba**)

Ziemniaki

Surówka z kapusty kiszzonej

Składniki: kapusta kiszona, cebula, olej rzepakowy, cukier, sól biała, pieprz

Herbata z melisy

Składniki: woda, cukier, herbata z melisy

Podwieczorek

Chałka z masłem

Składniki: chałki **pszenne** (**jaja**), masło ekstra (z **mleka**)

Koktajl bananowy na kefirze

Składniki: kefir, 2% tłuszczu (z **mleka**), banan

 07.09.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Chleb pełnoziarnisty z żyta

Masło 82% (z mleka)

Pasta z tuńczyka ze szczypiorkiem

Składniki: **tuńczyk** w sosie własnym (**ryba**), majonez (**jaja**, **gorczyca**), szczypiorek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), sól biała, pieprz, sok ze świeżej cytryny

Serek wiejski (z **mleka**)

Pomidor

Rzodkiewka

Ogórek słupki

Składniki: ogórek

Kawa zbożowa na mleku

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

Obiad

Zupa wielowarzywna

Składniki: woda, marchew, kalafior, brokuły, mrożone, fasolka szparagowa, mrożona, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pierogi leniwe z serem białym

Składniki: ziemniaki, twaróg półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, babka ziemniaczana (**jaja**), sól biała, **jaja** kurze całe

Surówka z marchewki z sezamem i oliwą

Składniki: marchew, oliwa, **sezam**, nasiona, cytryna

Podwieczorek

Budyń waniliowy

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, żółtko **jaja** kurzego, skrobia ziemniaczana, masło ekstra (z **mleka**), cukier, cukier z prawdziwą wanilią

Mus malinowy własnego wyrobu

Składniki: maliny, mrożone, cukier

Słonecznik, nasiona

 08.09.2026

Wtorek

Śniadanie

Bułka grahamka z masłem

Składniki: bułki **pszenne** grahamki, masło ekstra (z **mleka**)

Szynka z indyka

Pomidor

Sałata

Rzodkiewka

Kakao bez cukru

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

Obiad

Rosół drobiowy z makaronem

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

Pulpety gotowane z piersi kurczaka

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułki **pszenne** zwykłe, **jaja** kurze całe, cebula, mąka **pszenna**, typ 450

Ziemniaki

Surówka z selera, marchwi, jabłka z jogurtem

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), **seler** korzeniowy, jabłko, marchew, rodzyunki, suszone

Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko

Podwieczorek

Bułka paryska z serkiem

Śmietankowym i pomidorem

Składniki: bułka paryska (angielka) (**pszenica**), serek śmietankowy (z **mleka**), pomidor, masło ekstra (z **mleka**)

Płatki owsiane na mleku

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

 09.09.2026

Środa

Śniadanie

Chleb dyniowy (żyto)

Masło 82% (z mleka)

Ser gouda tłusty (z **mleka**)

Salata

Pomidor

Ogórek

Bawarka

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

Obiad

Zupa ziemniaczana

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, napój**sojowy**, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Spaghetti z sosem warzywnym

Składniki: cukinia, papryka czerwona, makaron **pszenny** bezjajeczny, soczewica czerwona, nasiona suche, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, cebula

Herbata miętowa

Podwieczorek

Kanapka z jajkiem

Składniki: **jaja** kurze całe, chleb **pszenno-żytni**, masło ekstra (z **mleka**)

Marchewka słupki

Składniki: marchew

Kawa zbożowa na mleku

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

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

 10.09.2026

Czwartek

Śniadanie

Chleb pełnoziarnisty z żyta

Pasta z awokado

Składniki: awokado, **jaja** kurze całe, natka pietruszki, czosnek, limonka, sól biała, pieprz

Ser twarogowy chudy (z **mleka**)

Pomidor

Ogórek

Kakao bez cukru

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

Obiad

Krem z marchewki z grzankami

Składniki: woda, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, chleb **pszenno-żytni**, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pulpety wieprzowe w sosie koperkowym

Składniki: wieprzowina łopatką, woda, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, mąka **pszenna**, typ 450, cebula, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe, czosnek, masło ekstra (z **mleka**), sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ziemniaki

Brokuł na parze

Składniki: brokuły, mrożone

Herbata z róży

Składniki: woda, cukier, herbata z róży

Podwieczorek

Pieczywo lekkie chrupkie (**pszenica**, **żyto**, **jęczmień**, **owies**)

Miód pszczeli

Koktajl bananowy na jogurcie

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

 11.09.2026

Piątek

Śniadanie

Chleb dyniowy (żyto)

Masło 82% (z mleka)

Szynka z piersi kurczaka

Salata

Pomidor

Rzodkiewka

Kawa zbożowa na mleku

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

Obiad

Zupa ogórkowa

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

Miruna na parze

Składniki: **mintaj** świeży (**ryba**), olej rzepakowy

Puree z kalafiora

Składniki: kalafior, śmietana 18% (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**), sól biała, pieprz

Surówka wielowarzywna

Składniki: kapusta włoska, marchew, jabłko, por, papryka czerwona, olej rzepakowy, koperek

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Bułeczka drożdżowa

Składniki: mąka **pszenna**, typ 500, **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, masło 82% (z **mleka**), drożdże piekarskie, prasowane, cukier

Arbuz

Mleko krowie, 2% tłuszczu