

 13.07.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Płatki kukurydziane na mleku

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

Chleb kurpiowski (**żyto**)

Chleb **pszenno-żytni**

Bułka paryska (angielka) (**pszenica**)

Masło ekstra (z **mleka**)

Pasta z białej fasoli

Składniki: fasola biała, konserwowa, bez zalewy, cebula, olej rzepakowy, czosnek, natka pietruszki, sól biała, pieprz

Szynka eco

Salata rzymska

Awokado

Pomidor

Arbuz

Herbata owoce lasu, bez cukru

Składniki: woda, herbata owoce lasu

Obiad

Żurek z jajkiem na białej kielbasie

Składniki: woda, ziemniaki, **jaja** kurze całe, kielbasa biała parzona, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, czosnek, zakwas na żurek (**żyto**), pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ryż z jabłkami, jogurtem greckim i cynamonem

Składniki: jabłko, jogurt grecki (z **mleka**), ryż biały, woda, **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, cukier, olej rzepakowy, cynamon

Ser twarogowy chudy (z **mleka**)

Kompot agrestowy

Składniki: woda, agrest

Podwieczorek

Bułka grahamka z szynką z indyka i pomidorem

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

Ogórek słupki

Składniki: ogórek

Herbata truskawkowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata truskawkowa

 14.07.2026

Wtorek

Śniadanie

Ryż na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, ryż biały

Chleb kurpiowski (**żyto**)

Chleb **pszenno-żytni**

Bułka paryska (angielka) (**pszenica**)

Masło ekstra (z **mleka**)

Ser kozi (z **mleka**)

Szynka z indyka

Rukola

Pomidor

Rzodkiewka

Jabłko

Herbata żurawinowa

Składniki: woda, żurawina suszona

Obiad

Zupa pieczarkowa z mini makaronem

Składniki: woda, pieczarki świeże, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, śmietana 12% (z **mleka**), czosnek, natka pietruszki, sól biała, liść laurowy, ziele angielskie

Kotlet schabowy

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

Ziemniaki

Mizeria z jogurtem naturalnym

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

Kompot wiśniowy

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

Podwieczorek

Budyń czekoladowy

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, czekolada gorzka (**soja**, **mleko**), cukier, **jaja** kurze całe, skrobia ziemniaczana

Chałka z masłem

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

Arbuz

Herbata z róży, bez cukru

Składniki: woda, herbata z róży

 15.07.2026

Środa

Śniadanie

Płatki orkiszowe na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **orkiszowe** (**pszenica**)

Chleb kurpiowski (**żyto**)

Chleb **pszenno-żytni**

Bułka paryska (angielka) (**pszenica**)

Masło ekstra (z **mleka**)

Twarożek z papryką

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), papryka czerwona, czosnek

Szynka wiejska

Roszonka

Kiwi

Rzodkiewka

Ogórek

Truskawki

Herbata truskawkowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata truskawkowa

Obiad

Zupa grochowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, cebula, groch, nasiona suche, **seler** korzeniowy, skrzydło indyka, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek

Pieczęń wieprzowa w sosie własnym

Składniki: wieprzowina szynka surowa, cebula, mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, olej rzepakowy

Kasza gryczana

Surówka z buraczków z cebulką

Składniki: burak, cebula, cytryna, olej rzepakowy

Kompot śliwkowy

Składniki: śliwki, cukier

Podwieczorek

Koktajl bananowy na jogurcie

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

Biszkopty lady fingers (**pszenica**, **jaja**)

Herbata żurawinowa

Składniki: woda, żurawina suszona

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

 16.07.2026

Czwartek

Śniadanie

Kluski lane na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, mąka **pszenna**, typ 500, **jaja** kurze całe

Chleb kurpiowski (**żyto**)

Chleb **pszenno-żytni**

Bułka paryska (angielka) (**pszenica**)

Masło ekstra (z **mleka**)

Polędwica z czarnuszką

Ser gouda (z **mleka**)

Ser Capri (z **mleka**)

Rukola

Papryka kolorowa

Pomidorki koktajlowe

Marchew

Jabłko

Herbata malinowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata malinowa

Obiad

Zupa brokułowa na wywarze warzywnym

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

Spaghetti bolognese

Składniki: wieprzowina szynka surowa, makaron**pszenny** bezjajeczny, pomidory w puszcze całe, cebula, olej rzepakowy

Ogórek kiszony

Kompot porzeczkowy

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone, cukier

Podwieczorek

Salatka jarzynowa

Składniki: marchew, ogórek kiszony, pietruszka, korzeń, ziemniaki, jabłko, **jaja** kurze całe, cebula, groszek zielony, majonez (**jaja**, **gorczyca**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**)

Bułka grahamka z masłem

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

Herbata owoce lasu, bez cukru

Składniki: woda, herbata owoce lasu

 17.07.2026

Piątek

Śniadanie

Płatki ryżowe na mleku

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

Chleb kurpiowski (**żyto**)

Chleb **pszenno-żytni**

Bułka paryska (angielka) (**pszenica**)

Masło ekstra (z **mleka**)

Schab pieczony

Twarożek z rzodkiewką

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, rzodkiewka

Salata lodowa

Ogórek małosolny

Awokado

Gruszka

Herbata z róży, bez cukru

Składniki: woda, herbata z róży

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem

Składniki: woda, pomidory w puszcze krojone, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, śmietana 18% (z **mleka**), skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Filet z miruny panierowany

Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry (**ryba**), **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), mąka **pszenna**, typ 450, olej rzepakowy

Ziemniaki

Surówka z kapusty kiszonej z marchewką

Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, cukier

Kompot z mango

Składniki: woda, mango

Podwieczorek

Ciasto marchewkowe

Składniki: marchew, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, cukier

Jabłko

Herbata malinowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata malinowa