

	poniedziałek 2026-05-18	wtorek 2026-05-19	środa 2026-05-20	czwartek 2026-05-21	piątek 2026-05-22
<p>Węgiel</p> <p>.Weka z masłem 35g (01, 07) Weka pszenna, Masło ekstra</p> <p>.Szynka babuni wieprzowa 15g .szynka wieprzowa babuni</p> <p>Pomidor 47g Roszponka 3g</p>	<p>.Jaglanka na mleku 160g (07) Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza jaglana</p> <p>Mus malinowy (podawany osobno) 20g Maliny, mrożone</p> <p>Chleb razowy z masłem 29g (01, 07) Chleb żytni razowy, Masło ekstra</p> <p>Kalarepa 22g Papryka czerwona 25g Sałata 3g</p>	<p>.Bułka grahamka z masłem 35g (01, 07) .Bułka grahamka, Masło ekstra</p> <p>Pieczeń wieprzowa rzymska- wyrób własny 15g (01, 03) Wieprzowina, mielona, Bułka kajzerka, Cebula, Jaja kurze całe, Czosnek, Oliwa z oliwek</p> <p>Ogórek świeży (długi) 30g Rzodkiewka 20g</p>	<p>Bananowy jogurt do picia - wyrób własny 200g (07) Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Banan</p> <p>.Naleśniki tradycyjne 100g (01, 03, 07) Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Woda, Mąka pszenna, typ 500, Jaja kurze całe, Olej rzepakowy</p> <p>Marchew 30g Papryka czerwona 20g</p>	<p>.Jagodowa owsianka na mleku z nasionami chia 200g (01, 07) Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Jagody leśne (czarne jagody), mrożone, Płatki owsiane, Nasiona chia</p> <p>.Chleb żytni z masłem 29g (01, 07) .Chleb 100% żytni, Masło ekstra</p> <p>Pasta jajeczna z jogurtem 20g (03, 07) Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu</p> <p>Rzodkiewka 20g Pomidor 30g</p>	
<p>Zupa krem szpinakowo-ziemniaczany na wywarze warzywnym zabieleną 220g (07, 09) Woda, Szpinak, Marchew, Ziemniaki, średnio, Śmietana, 12% tłuszczu, Pietruszka, korzeń, Por, Seler korzeniowy, Cebula, Oliwa z oliwek, Czosnek</p> <p>.Groszek ptysiowy 5g (01, 03) Groszek ptysiowy</p>	<p>.Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną na wywarze warzywnym 201g (03, 07, 09) Woda, pomidory, Cebula, Marchew, Ryż biały, Śmietana, 12% tłuszczu, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy, Sok z cytryny, Olej rzepakowy, Skórka cytryny</p>	<p>.Zupa krem pomidorowy z soczewicą i papryką zabieleny wyw. warzywnym 198g (07, 09) Woda, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Marchew, Papryka czerwona, Papryka żółta, Soczewica czerwona, nasiona suche, Śmietana, 12% tłuszczu, Pietruszka, korzeń, Cebula, Olej rzepakowy, Por, Seler korzeniowy, Czosnek</p> <p>.Grzanki pełnoziarniste 10g (01) Chleb graham, Oliwa z oliwek</p>	<p>.Rosół z makaronem i natką pietruszki z lubczykiem 250g (01, 09) Woda, Makaron pszenny, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, korzeń, Cebula, Seler korzeniowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), .Lubczyk</p>	<p>.Zupa ogórkowa z ziemniakami i śmietanką na wywarze warzywnym 220g (07, 09, 10) Woda, Ziemniaki, średnio, Ogórek kiszony, Marchew, Śmietana, 18% tłuszczu, Pietruszka, korzeń, Por, Seler korzeniowy, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Koper ogrodowy</p>	

	poniedziałek 2026-05-18	wtorek 2026-05-19	środa 2026-05-20	czwartek 2026-05-21	piątek 2026-05-22
II Danie	<p>Gulasz z indyka 180g Mięso z piersi indyka, bez skóry, Ryż biały, pomidory, Olej rzepakowy, Masło ekstra</p> <p>Surówka z rzodkwi i kukurydzy ze śmietanką 50g (07) Biała rzodkiew, .Kukurydza konserwowa, bez cukru, Śmietana, 12% tłuszczu</p> <p>.Kompot wieloowocowy bez cukru 180g Woda, Jabłko, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Wiśnie bez pestek, mrożone, Porzeczki, mrożone</p>	<p>.Kotlety mielone wieprzowe z warzywami 89g (01, 03) Mięso mielone, wieprzowe (łopatka), Bułka tarta, marchew, pietruszka, Cebula, Jaja kurze całe, Olej rzepakowy, Czosnek, Kasza manna</p> <p>.Ziemniaki gotowane 120g Ziemniaki, średnio, Olej rzepakowy</p> <p>.Kalafior gotowany na parze 70g Kalafior, Oliwa z oliwek, Czosnek</p> <p>.Kompot wieloowocowy bez cukru 180g Woda, Jabłko, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Wiśnie bez pestek, mrożone, Porzeczki, mrożone</p>	<p>.Kopytka z twarożkiem 200g (01, 03, 07) Mąka pszenna, Ser twarogowy (twaróg) półtłusty, jajka, Olej rzepakowy</p> <p>Truskawki podane z jogurtem 20g Truskawki, jogurt naturalny</p> <p>_Surówka z marchewki 50g marchew, jabłko</p> <p>.Kompot wieloowocowy bez cukru 180g Woda, Jabłko, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Wiśnie bez pestek, mrożone, Porzeczki, mrożone</p>	<p>Mięso z udka z kurczaka pieczone w przyprawach 60g Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Zioła prowansalskie</p> <p>Puree ziemniaczane 119g (07) Ziemniaki, średnio, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Masło ekstra</p> <p>Marchewka z groszkiem 70g Marchew, Groszek zielony, mrożony, Oliwa z oliwek, Rozmaryn, suszony, Tymianek suszony</p> <p>.Kompot wieloowocowy bez cukru 180g Woda, Jabłko, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Wiśnie bez pestek, mrożone, Porzeczki, mrożone</p>	<p>Filety z miruny w razowej panierce 100g (01, 04) Dorsz, filet bez skóry, świeży, Woda, Cebula, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Śmietana, 12% tłuszczu, Bułka pszenna zwykła, Mąka pszenna, typ 500, Sok z cytryny, Skórka cytryny</p> <p>.Ziemniaki z pieca 120g (01) Ziemniaki, tymianek, papryka, olej rzepakowy</p> <p>.Surówka z kiszzonej kapusty 70g (10) kapusta kiszona, marchewka</p> <p>.Kompot wieloowocowy bez cukru 180g Woda, Jabłko, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Wiśnie bez pestek, mrożone, Porzeczki, mrożone</p>
Podwieczorek	<p>.Smoothie banan-kiwi 150g Woda, Banan, Kiwi, Sok z cytryny</p> <p>_Bułeczki cynamonowe (cynamonki domowe) - wyr.wł. 40g (01, 03, 07) Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Masło ekstra, Cukier, Jaja kurze całe, Drożdże piekarskie, prasowane, Cukier waniliowy, Cynamon w proszku, Żółtko jaja kurzego</p>	<p>.Ciasteczka owsiane bez cukru ze słonecznikiem 20g (01) Płatki owsiane, Woda, Słonecznik, nasiona, tłuszcane, Mąka pszenna, typ 500, Oliwa z oliwek, Proszek do pieczenia</p> <p>Gruszka 50g</p>	<p>.Obwarzanek 60g (01) mąka pszenna, sezam,, Olej rzepakowy, Cukier, Drożdże piekarskie, sól</p> <p>.Sos jogurtowo-koperkowy 30g (07) Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, .Koperek</p> <p>Marchew, ogórek w słupkach 50g</p>	<p>.Weka razowa z masłem 35g (01, 07) .Weka razowa, Masło ekstra</p> <p>_Ser gouda 15g (07) Ser żółty Gouda tłusty</p> <p>Pomidor 30g</p> <p>Papryka żółta 20g</p>	<p>.Ciasto drożdżowe z gruszką i rabarbarem 49g (01, 03, 07) Mąka pszenna, typ 500, Gruszka, Rabarbar, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Cukier, Jaja kurze całe, Masło ekstra, Żółtko jaja kurzego, Drożdże piekarskie, prasowane</p> <p>Jabłko 40g</p>
Suma	E: 937.61 B: 38.7, T: 34.49, W: 125,	E: 982.38 B: 39.25, T: 34.39, W: 137.33,	E: 962.65 B: 38.64, T: 37.01, W: 121.91,	E: 959.78 B: 37.67, T: 38.56, W: 122.84,	E: 962.7 B: 35.39, T: 32.7, W: 140.03,

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne

Liczbą oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 (dokładna lista alergenów zamieszczona obok); E-energia, B-białko, T-tłuszcz, W-węglowodany org. Jadłospis opracowany przez zespół DIET4KIDS dietetyk dziecięcy Sp. z o.o. w oparciu o wytyczne żywieniowe diety specjalnej, wymagania placówki, normy żywienia. Jadłospis sporządzony dla grupy wiekowej: 3-6 lat.