

**📅 11.05.2026** **Poniedziałek**

## Śniadanie

### Bułka grahamka z szynką z kurczaka i ogórkiem świeżym

Składniki: bułki **pszenne** grahamki, ogórek, szynka z piersi kurczaka, masło ekstra (z **mleka**)

### Jabłko

### Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

### Kakao

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

## Obiad

### Rosół drobiowy z makaronem

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

### Kurczak gotowany z ziemniakami i fasolką z masłem i prażoną bułką tartą

Składniki: ziemniaki, gotowane w wodzie, kurczak, tuszka, fasola szparagowa, gotowana w wodzie, masło ekstra (z **mleka**), sól biała, bułka tarta (**pszenica**)

### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

## Podwieczorek

### Bułki i rogalc **pszenne** maślane

### Banany, suszone

### Kawa zbożowa na mleku

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

**📅 12.05.2026** **Wtorek**

## Śniadanie

### Chleb pełnoziarnisty z **żyta**

### Masło ekstra (z **mleka**)

### Pasta z awokado

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

### Papryka czerwona

### Płatki kukurydziane na mleku

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

### Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

### Chipsy gruszkowe

## Obiad

### Zupa koperkowa z ryżem

Składniki: marchew, karczerek wieprzowy bez kości, śmietana 12% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, ryż biały, **seler** korzeniowy, koperek, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

### Bitki schabowe w sosie własnym

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, woda, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450

### Kopytka

Składniki: ziemniaki, późne, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, skrobia ziemniaczana

### Surówka z kapusty kiszonej z marchewką

Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, cukier

### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

## Podwieczorek

### Budyń waniliowy

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

### Chrupki kukurydziane

### Kiwi

### Herbata truskawkowa

**📅 13.05.2026** **Środa**

## Śniadanie

### Bułka kukurydziana (**pszenica**)

### Szynka kanapkowa

### Pomidor

### Sałata

### Masło ekstra (z **mleka**)

### Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

### Płatki ryżowe na mleku

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

### Jabłko

## Obiad

### Zupa pieczarkowa z makaronem na wywarze warzywnym

Składniki: woda, marchew, pieczarki świeże, makaron bezjajeczny z semoliny (**pszenica**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, tymianek

### Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

### Kotlet schabowy

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

### Sałata z sosem vinegret

Składniki: sałata, olej rzepakowy, miód pszczeli, cytryna, pieprz, koperek

### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

## Podwieczorek

### Kiełbasa śląska

### Chleb **żytni** jasny

### Mieszanka studencka (**orzechy**)

### Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

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

**📅 14.05.2026** **Czwartek**

## Śniadanie

### Chleb **żytni** jasny

### Masło ekstra (z **mleka**)

### Pomidor

### Pasztet

### Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

### Kasza manna na mleku

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

### Gruszka

## 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

### Kasza gryczana, gotowana

### Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym

Składniki: wieprzowina fopatka, bułki **pszenne** zwykłe, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, **jaja** kurze całe, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy

### Kapusta czerwona

### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

## Podwieczorek

### Chałka z dżemem wiśniowym

Składniki: chałki **pszenne**, dżem wiśniowy, niskosłodzony, masło ekstra (z **mleka**)

### Chałka z masłem

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

### Herbata owoce lasu

**📅 15.05.2026** **Piątek**

## Śniadanie

### Bułka z masłem i pomidorem

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

### Jajecznicza

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

### Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

### Płatki jęczmienne na mleku

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

### Banan

## Obiad

### Zupa serowa z makaronem

Składniki: woda, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, serek śmietankowy (z **mleka**), śmietana 12% (z **mleka**), skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

### Pieczony filet z dorsza

Składniki: **dorsz** świeży, filety bez skóry, olej rzepakowy

### Ziemniaki, gotowane w wodzie

### Surówka z kapusty pekińskiej, z

### marchewką, kukurydzą i jogurtem greckim

Składniki: kapusta pekińska, marchew, jogurt grecki (z **mleka**), kukurydza, mrożona, cebula, koperek

### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

## Podwieczorek

### Jogurt naturalny z malinami

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), maliny, mrożone, cukier

### Wafle wielozbożowe

### Żurawina suszona

📅 **18.05.2026** **Poniedziałek**

## Śniadanie

### Chleb pełnoziarnisty z żyta

### Polędwica sopocka

### Sałata

### Rzodkiewka

### Masło ekstra (z mleka)

### Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli, herbata czarna

### Owsianka na mleku

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

### Jabłko

## Obiad

### Krupnik z kaszą jęczmienną

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

### Naleśniki z dżemem

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, dżem truskawkowy, niskosłodzony, **mleko** krowie, 3,5% tłuszczu, **jaja** kurze całe, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), miód pszczeli, proszek do pieczenia (**pszenica**), olej rzepakowy

### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

## Podwieczorek

### Bułka grahamka z serem i ogórkiem kiszonym

Składniki: bułki **pszenne** grahamki, ser gouda tłusty (z **mleka**), ogórek kiszony, masło ekstra (z **mleka**)

### Sałata

### Kakao

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

### Chipsy gruszkowe

📅 **19.05.2026** **Wtorek**

## Śniadanie

### Chleb żytni jasny

### Jaja kurze całe

### Masło ekstra (z mleka)

### Ketchup

### Kasza manna na mleku

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

### Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

### Gruszka

## Obiad

### Zupa grochowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, groch, nasiona suche, pietruszka, korzeń, cebula, olej rzepakowy, kielbasa śląska, boczek wędzony bez kości, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, cząber suszony

### Kurczak w sosie słodko- kwaśnym z ryżem

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, ryż biały, przecier pomidorowy, cebula, ananas, plastry w syropie, olej rzepakowy

### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

## Podwieczorek

### Ciasto drożdżowe

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, olej rzepakowy, cukier, cukier z prawdziwą wanilią, drożdże piekarskie, prasowane

### Kakao

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

### Rodzynki, suszone

📅 **20.05.2026** **Środa**

## Śniadanie

### Chleb żytni jasny

### Twarożek ze szczypiorkiem

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

### Masło ekstra (z mleka)

### Ogórek

### Kawa zbożowa na mleku

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

## 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

### Filet z kurczaka panierowany, ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułka tarta (**pszenica**), **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, koperek, sól biała, pieprz

### Mizeria z jogurtem naturalnym

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

### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

## Podwieczorek

### Sałatka owocowa

Składniki: pomarańcza, jabłko, winogrona bez pestek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), **orzechy laskowe**

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

📅 **21.05.2026** **Czwartek**

## Śniadanie

### Bułka kukurydziana (pszenica)

### Kielbasa śniadaniowa

Składniki: kielbasa śląska

### Ketchup

### Masło ekstra (z mleka)

### Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli, herbata czarna

### Owsianka na mleku

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

### Dynia, pestki, łuskane

## 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, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony

### Spaghetti z mięsem wieprzowym w sosie warzywno- pomidorowym

Składniki: makaron **pszenny** bezjajeczny, wieprzowina łopatką, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, ser gouda tłusty (z **mleka**)

### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

## Podwieczorek

### Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy (z mleka)

### Wafle wielozbożowe

### Banany, suszone

📅 **22.05.2026** **Piątek**

## Śniadanie

### Bułka grahamka z masłem

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

### Serek topiony Hochland

### Pomidor

### Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

### Pomarańcza

### Płatki jaglane na mleku

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

## Obiad

### Zupa owocowa zimowa z makaronem i jogurtem greckim

Składniki: jogurt grecki (z **mleka**), makaron **pszenny** bezjajeczny, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, jagody mrożone, cukier

### Kotlet mielony z miruny panierowany

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

### Ziemniaki, gotowane w wodzie Surówka z kapusty kiszonej z marchewką

Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, cukier

### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

## Podwieczorek

### Ciasto marchewkowe

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

### Herbata malinowa

Intendent**pro**

Jadłospis **Jadłospis 10 2025/2026:**

📅 **25.05.2026** **Poniedziałek**

Śniadanie

**Bułka żytnia**

**Szynka konserwowa**

**Masło ekstra (z mleka)**

**Salata**

**Papryka czerwona**

**Herbata z cytryną i miodem**

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

**Płatki ryżowe na mleku**

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

**Banan**

Obiad

**Rosół drobiowy z makaronem**

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

**Kotleciki z jajka**

Składniki: **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe, cebula, szczypiorek, olej rzepakowy, bułka tarta (**pszenica**), **mleko** krowie, 1,5 % tłuszczu, natka pietruszki, pieprz, sól biała

**Ziemniaki gotowane**

Składniki: ziemniaki, sól biała

**Fasolka szparagowa z wody, z masłem i bułką tartą**

Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, bułka tarta ( **pszenica**), masło ekstra (z **mleka**)

**Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

**Jogurt naturalny mango**

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

**Granola czekoladowa**

📅 **26.05.2026** **Wtorek**

Śniadanie

**Chleb pełnoziarnisty z żyta**

**Pasta z jajka**

Składniki: **jaja** kurze całe, śmietana 12% (z **mleka**), szczypiorek

**Masło ekstra (z mleka)**

**Papryka kolorowa**

**Kasza manna na mleku**

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

**Herbata z cytryną**

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

**Gruszka**

Obiad

**Zupa jarzynowa z dużą ilością marchewki z grzankami razowymi**

Składniki: mieszanka warzywna mrożona, marchew, mrożona, karczek wieprzowy bez kości, marchew, bułki **pszenne** grahamki, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

**Gulasz wieprzowy z szynki w sosie własnym**

Składniki: wieprzowina szynka surowa, woda, cebula, mąka **pszenna**, typ 450

**Kluski śląskie (jajka)**

**Surówka z marchewki i jabłka**

Składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy

**Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

**Chleb żytni jasny**

**Paszтет**

**Ogórek kiszony**

**Herbata z cytryną i miodem**

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

📅 **27.05.2026** **Środa**

Śniadanie

**Bułka grahamka z serem i pomidorem**

Składniki: bułki **pszenne** grahamki, ser gouda tusty (z **mleka**), pomidor, masło ekstra (z **mleka**)

**Salata**

**Herbata z cytryną i miodem**

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

**Płatki kukurydziane na mleku**

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

**Banan**

Obiad

**Zupa serowa z makaronem**

Składniki: woda, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, serek śmietankowy (z **mleka**), śmietana 12% (z **mleka**), skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

**Kotlet wieprzowy mielony**

Składniki: wieprzowina łopatka, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cebula, bułka tarta ( **pszenica**), bułki **pszenne** zwykłe

**Ziemniaki, gotowane w wodzie**

**Buraki, gotowane w wodzie**

**Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

**Kisiel wiśniowy własnego wyrobu**

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, skrobia ziemniaczana, cukier

**Kakao**

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

**Banany, suszone**

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

📅 **28.05.2026** **Czwartek**

Śniadanie

**Chleb żytni jasny**

**Masło ekstra (z mleka)**

**Parówki z szynki (gorczyca)**

**Ketchup**

**Płatki jaglane na mleku**

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

**Herbata z cytryną i miodem**

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

**Mandarynki**

Obiad

**Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami**

Składniki: woda, ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, wieprzowina boczek bez kości, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kurczak, tuszka, cebula, czosnek, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

**Kluski leniwe z masłem**

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**) , cukier, sól biała

**Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

**Chleb pełnoziarnisty z żyta**

**Dżem brzoskwiniowy,**

**niskosłodzony**

**Dżem wiśniowy, niskosłodzony**

**Kawa zbożowa na mleku**

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

📅 **29.05.2026** **Piątek**

Śniadanie

**Bułka grahamka z masłem**

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

**Twarożek ze szczypiorkiem**

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

**Rzodkiewka**

**Herbata z cytryną**

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

**Kawa zbożowa na mleku**

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

**Żurawina suszona**

**Migdały płatki**

Obiad

**Zupa pomidorowa z ryżem**

Składniki: woda, passata pomidorowa, mięso z ud kurczaka, bez skóry, marchew, ryż biały, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

**Pieczony filet z dorsza**

Składniki: **dorsz** świeży, filety bez skóry, olej rzepakowy

**Ziemniaki z koperkiem**

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

**Surówka z kapusty kiszonej z marchewką**

Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, cukier

**Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

**Jogurt naturalny z jagodami**

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

**Chrupki kukurydziane**

**📅 01.06.2026 Poniedziałek****Śniadanie****Bułka żytnia****Połędwica sopocka****Masło ekstra (z mleka)****Rzodkiewka****Herbata z cytryną i miodem**

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

**Płatki jaglane na mleku**

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki jaglane

**Chipsy truskawkowe****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, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony

**Makaron z twarogiem i śmietaną**

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z mleka), makaron pszenny bezjajeczny, śmietana 18% (z mleka), cukier, cukier z prawdziwą wanilią

**Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

**Podwieczorek****Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy (z mleka)****Granola czekoladowa****Banany, suszone****📅 02.06.2026 Wtorek****Śniadanie****Bułka kukurydziana (pszenica)****Twarożek ze szczypiorkiem**

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

**Pomidor****Masło ekstra (z mleka)****Herbata z cytryną**

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

**Jabłko****Obiad****Krupnik ryżowy**

Składniki: woda, marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, ryż biały, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

**Ziemniaki, gotowane w wodzie****Podudzie z kurczaka ze skórą****Marchew, gotowana w wodzie****Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

**Podwieczorek****Kanapka z dżemem truskawkowym**

Składniki: chleb pszemno-żytni, dżem truskawkowy, niskosłodzony, masło ekstra (z mleka)

**Kakao**

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

**📅 03.06.2026 Środa****Śniadanie****Kanapka z szynką z kurczaka i ogórkiem świeżym**

Składniki: chleb pszemno-żytni, szynka z piersi kurczaka, ogórek, masło ekstra (z mleka)

**Salata****Herbata z cytryną i miodem**

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

**Kakao**

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

**Obiad****Barszcz czerwony z ziemniakami**

Składniki: ziemniaki, burak, marchew, karczek wieprzowy bez kości, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, śmietana 12% (z mleka), sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

**Pierś z kurczaka w sosie koperkowym**

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, śmietana 12% (z mleka), olej rzepakowy, cebula, koperek, bazylija suszona, oregano suszone, czosnek, tymianek, pieprz, sól biała

**Makaron pełnoziarnisty (pszenica)****Warzywa gotowane na parze**

Składniki: mieszanka warzywna mrożona

**Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

**Podwieczorek****Deser mleczny, ryżowo-jabłkowy****Mieszanka studencka (orzechy)****Herbata owoce lasu**

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

**Dzień wolny****📅 05.06.2026 Piątek****Śniadanie****Kanapka z masłem**

Składniki: chleb pszemno-żytni, masło ekstra (z mleka)

**Jajko sadzone**

Składniki: jaja kurze całe, olej rzepakowy

**Herbata z cytryną i miodem**

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

**Owsianka na mleku**

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki owsiane

**Banan****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

**Dorsz na parze**

Składniki: dorsz świeży, filety bez skóry, olej rzepakowy, sól biała, pieprz

**Ziemniaki, gotowane w wodzie****Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką**

Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, cukier

**Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

**Podwieczorek****Bułki i rogalce pszenne maślane****Kawa zbożowa na mleku**

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

**Gruszka**