Intendentpro

Jadłospis Jadłospis 4 2026/2027

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

23.11.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Bułka z szynką z indyka i sałatą
Składniki: bułka **żytnia**, szynka z indyka, masło ekstra (z **mleka**), sałata

Papryka słupki
Składniki: papryka czerwona

Płatki ryżowe na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki ryżowe

Herbata z cytryną i miodem
Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli, herbata czarna

Dynia, pestki, łuskane

Obiad

Krem z soczewicy z pestkami dyni
Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, soczewica czerwona, nasiona suche, natka pietruszki, dynia, pestki, łuskane, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Grzanki razowe do zupy
Składniki: chleb **żytni** razowy, olej rzepakowy, zioła prowansalskie

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

Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy (z mleka)
Wafle wielozbożowe
Rodzynki, suszone

24.11.2026 Wtorek

Śniadanie

Kanapka z masłem
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, masło ekstra (z **mleka**)

Jaja kurze całe
Ketchup
Herbata z cytryną i miodem
Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli, herbata czarna

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

Banan

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

Pierś z kurczaka w sosie koperkowym
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, śmietana 12% (z **mleka**), olej rzepakowy, cebula, koperek, bazylia 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

Bułki i rogale pszenne maślane (jaja)
Kakao
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

Żurawina suszona

25.11.2026 Środa

Śniadanie

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

Szynka konserwowa
Pomidor
Herbata czarna
Składniki: woda, cukier, herbata czarna

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

Gruszka

Obiad

Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z ryżem
Składniki: woda, passata pomidorowa, marchew, ryż biały, śmietana 18% (z **mleka**), **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, cebula, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

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

Ziemniaki gotowane
Składniki: ziemniaki, sól biała

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**

Czekolada gorzka (soja, mleko)

26.11.2026 Czwartek

Śniadanie

Bułka kukurydziana (pszenica)
Masło ekstra (z mleka)
Kiełbasa śniadaniowa
Składniki: kiełbasa śląska

Ketchup
Owsianka na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **owsiane**

Herbata z cytryną
Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Słonecznik, nasiona

Obiad

Krem z białych warzyw z grzankami
Składniki: woda, kalafior, ziemniaki, mięso z ud kurczaka, bez skóry, marchew, **seler** korzeniowy, chleb **pszenno-żytni**, pietruszka, korzeń, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, gałka muszkatołowa, tymianek

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

Ziemniaki
Surówka z buraczków z jabłkiem
Składniki: burak, jabłko, olej rzepakowy, cebula

Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

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

Granola czekoladowa

27.11.2026 Piątek

Śniadanie

Chleb pełnoziarnisty z żyta
Masło ekstra (z mleka)
Serek topiony Hochland (z mleka)
Ogórek
Herbata z cytryną
Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Pomarańcza

Obiad

Żurek z jajkiem i ziemniakami
Składniki: woda, ziemniaki, **jaja** kurze całe, kurczak, tuszka, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, czosnek, zakwas na żurek (**żyto**), pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pierogi z serem (pszenica, jaja, mleko)
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

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

Herbata owocowa

Intendentpro

Jadłospis Jadłospis 4 2026/2027

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

30.11.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Bułka żytnia z serem żółtym
Składniki: bułka **żytnia**, ser gouda tłusty (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**)

Papryka czerwona

Sałata

Płatki ryżowe na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki ryżowe

Herbata z cytryną i miodem
Składniki: woda, cytryna, herbata czarna, miód pszczeli

Dynia

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

Ziemniaki gotowane
Składniki: ziemniaki, sól biała

Kotleciki z ciecierzycy
Składniki: ciecierzyca, nasiona suche, bułki **pszenne** zwykłe, cebula, olej rzepakowy, szczypiorek, bułka tarta (**pszenica**), natka pietruszki, pieprz, sól biała

Warzywa gotowane na parze
Składniki: mieszanka warzywna mrożona

Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Kanapka z masłem
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, masło ekstra (z **mleka**)

Pasztet

Ogórek kiszony

Herbata czarna
Składniki: woda, herbata czarna, cukier

01.12.2026 Wtorek

Śniadanie

Bułka żytnia

Polędwica sopocka

Masło ekstra (z mleka)

Sałata

Rzodkiewka

Płatki kukurydziane na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane

Herbata z cytryną
Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Obiad

Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym
Składniki: woda, zupa jarzynowa, mrożona, ziemniaki, marchew, śmietana 12% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, masło ekstra (z **mleka**), sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Spaghetti bolognese
Składniki: wieprzowina szynka surowa, makaron **pszenny** bezjajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, cebula

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

Banan

02.12.2026 Środa

Śniadanie

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

Szynka delikatesowa z kurczaka

Ogórek

Herbata z cytryną
Składniki: woda, cytryna, herbata czarna, cukier

Płatki jaglane na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki jaglane

Słonecznik, nasiona

Pomarańcza

Obiad

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

Potrawka z kurczaka
Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry, marchew, por, cebula, mąka **pszenna**, typ 450

Ziemniaki gotowane
Składniki: ziemniaki, sól biała

Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

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

03.12.2026 Czwartek

Śniadanie

Kanapka z masłem
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, masło ekstra (z **mleka**)

Parówka z kurczaka 100% z keczupem
Składniki: parówka z kurczaka 100%, keczup

Herbata z cytryną
Składniki: woda, cytryna, herbata czarna, cukier

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

Gruszka

Obiad

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

Kasza jęczmienna, pęczak

Schab duszony w sosie własnym
Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, olej rzepakowy, cebula

Ogórek kiszony

Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Kanapka z dżemem truskawkowym
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, dżem truskawkowy, niskosłodzony

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

Dynia, pestki, łuskane

04.12.2026 Piątek

Śniadanie

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

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

Papryka słupki
Składniki: papryka czerwona

Herbata z cytryną
Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

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

Jabłko

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem
Składniki: woda, passata pomidorowa, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, śmietana 12% (z **mleka**), skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Filet z miruny smażony
Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry (**ryba**), mąka **pszenna**, typ 450, olej rzepakowy

Ziemniaki gotowane
Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z kapusty kiszonej z marchewką
Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, cukier

Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy (z mleka)

Wafle ryżowe

Żurawina suszona

Intendentpro

Jadłospis Jadłospis 4 2026/2027

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

07.12.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Bułka kukurydziana (pszenica)
Polędwica sopocka
Masło ekstra (z mleka)
Sałata
Rzodkiewka
Pomidor
Herbata z cytryną i miodem
Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli, herbata czarna
Kasza jaglana na mleku z cynamonem
Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, kasza jaglana, cukier, cynamon
Mieszanka studencka (orzechy)

Obiad

Krupnik z kaszą jęczmienną na wywarze warzywnym
Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kasza **jęczmienna**, perłowa, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Racuchy z jabłkami
Składniki: jabłko, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, cukier puder, soda oczyszczona
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Chałka z dżemem wiśniowym
Składniki: chałki **pszenne** (**jaja**), dżem wiśniowy, niskosłodzony, masło ekstra (z **mleka**)
Kakao
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

08.12.2026 Wtorek

Śniadanie

Kanapka z twarogiem
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**)
Ogórek
Szczypiorek
Herbata z cytryną
Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna
Płatki kukurydziane na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane

Obiad

Zupa ogórkowa na wywarze warzywnym
Składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Kluski śląskie (jaja)
Gulasz wieprzowy z szynki w sosie własnym
Składniki: wieprzowina szynka surowa, woda, cebula, mąka **pszenna**, typ 450
Surówka z marchewki
Składniki: marchew, olej rzepakowy, cytryna
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
Gruszka
Czekolada gorzka (soja, mleko)
Herbata owocowa
Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

09.12.2026 Środa

Śniadanie

Chleb pszenny graham
Masło ekstra (z mleka)
Sałata
Szynka konserwowa
Pomidor
Herbata z cytryną i miodem
Składniki: woda, cytryna, herbata czarna, miód pszczeli
Płatki ryżowe na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki ryżowe
Jabłko

Obiad

Zupa koperkowa z ryżem
Składniki: karczek wieprzowy bez kości, marchew, ryż biały, śmietana 12% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, koperek, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy
Kotlet schabowy
Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe
Ziemniaki gotowane
Składniki: ziemniaki, sól biała
Sałata z sosem vinegret
Składniki: sałata, olej rzepakowy, miód pszczeli, cytryna, pieprz, koperek
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

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

10.12.2026 Czwartek

Śniadanie

Bułka grahamka z serem i sałatą
Składniki: bułki **pszenne** grahamki, ser gouda tłusty (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**), sałata
Rzodkiewka
Kiwi
Herbata z cytryną i miodem
Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli, herbata czarna

Obiad

Zupa grochowa z ziemniakami
Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, groch, nasiona suche, olej rzepakowy, kiełbasa śląska, cebula, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek
Potrawka z kulkami ciecierzycy i pomidorami
Składniki: pomidor, marchew, ciecierzyca, nasiona suche, cebula, olej rzepakowy
Kasza gryczana
Kapusta czerwona
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Kiełbasa śląska
Chleb żytni jasny
Ketchup
Kakao
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier
Rodzynki, suszone

11.12.2026 Piątek

Śniadanie

Jajecznica
Składniki: **jaja** kurze całe, olej rzepakowy
Kanapka z masłem
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, masło ekstra (z **mleka**)
Herbata z cytryną
Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna
Kasza manna na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kasza manna (**pszenica**)
Pomarańcza

Obiad

Rosół drobiowy z makaronem
Składniki: woda, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, wołowina szponder, mięso z ud kurczaka, bez skóry, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Dorsz na parze
Składniki: **dorsz** świeży, filety bez skóry (**ryba**), olej rzepakowy, sól biała, pieprz
Ziemniaki z koperkiem
Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała
Surówka z białej kapusty z koperkiem
Składniki: kapusta biała, koperek, olej rzepakowy, cukier, sól biała, pieprz
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Jogurt naturalny z jagodami
Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), jagody mrożone
Wafle wielozbożowe

Intendentpro

Jadłospis Jadłospis 4 2026/2027

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

14.12.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Chleb pszenny graham
Masło ekstra (z mleka)
Pasztet
Ogórek kiszony
Herbata z cytryną
Składniki: woda, cytryna, herbata czarna, cukier
Płatki jaglane na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki jaglane
Banan

Obiad

Zupa fasolowa na wywarze warzywnym
Składniki: woda, ziemniaki, fasola biała, nasiona suche, marchew, olej rzepakowy, cebula, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, mąka **pszenna**, typ 450, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, kmin rzymski, sól biała
Makaron z twarogiem i śmietaną
Składniki: makaron **pszenny** bezjajeczny, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), śmietana 18% (z **mleka**), cukier
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Deser mleczny, ryżowo-jabłkowy
Rodzynki, suszone

15.12.2026 Wtorek

Śniadanie

Bułka kukurydziana (pszenica)
Masło ekstra (z mleka)
Kiełbasa śniadaniowa
Składniki: kiełbasa śląska
Ketchup
Herbata z cytryną i miodem
Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli, herbata czarna
Płatki owsiane na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **owsiane**
Gruszka

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem
Składniki: woda, pomidor, makaron **pszenny** bezjajeczny, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 12% (z **mleka**), skrzydło indyka, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Podudzie z kurczaka ze skórą
Ziemniaki gotowane
Składniki: ziemniaki, sól biała
Marchewka gotowana z masłem
Składniki: marchew, mrożona, masło ekstra (z **mleka**)
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Wafle ryżowe
Kakao
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier
Banan
Czekolada gorzka (soja, mleko)

16.12.2026 Środa

Śniadanie

Bułka żytnia
Szynka konserwowa
Masło ekstra (z mleka)
Sałata
Rzodkiewka
Płatki ryżowe na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki ryżowe
Herbata z cytryną
Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna
Jabłko
Słonecznik, nasiona

Obiad

Krem z brokuła
Składniki: woda, brokuły, marchew, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, śmietana 18% (z **mleka**), sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony
Grzanki razowe do zupy
Składniki: chleb **żytni** razowy, olej rzepakowy, zioła prowansalskie
Kopytka
Składniki: ziemniaki, późne, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, skrobia ziemniaczana
Bitki schabowe w sosie własnym
Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, woda, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450
Surówka z kapusty kiszonej z marchewką
Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, cukier
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Bułki i rogale pszenne maślane (jaja)
Kawa zbożowa na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)
Żurawina suszona

17.12.2026 Czwartek

Śniadanie

Bułka grahamka z masłem
Składniki: bułki **pszenne** grahamki, masło ekstra (z **mleka**)
Polędwica sopocka
Sałata
Pomidor
Herbata z cytryną
Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna
Płatki kukurydziane na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane

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
Składniki: ziemniaki, sól biała
Buraczki duszone
Składniki: burak, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, cytryna, sól biała, pieprz
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Kanapka z serem i rzodkiewką
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, ser gouda tłusty (z **mleka**), rzodkiewka, masło ekstra (z **mleka**)
Herbata owocowa
Składniki: woda, cukier, herbata owocowa
Rodzynki, suszone

18.12.2026 Piątek

Śniadanie

Kanapka z masłem
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, masło ekstra (z **mleka**)
Pasta z awokado
Składniki: awokado, **jaja** kurze całe, natka pietruszki, czosnek, limonka, sól biała, pieprz
Papryka słupki
Składniki: papryka czerwona
Herbata z cytryną
Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna
Kawa zbożowa na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)
Banan

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
Filet z miruny panierowany
Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry (**ryba**), **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, bułka tarta (**pszenica**), mąka **pszenna**, typ 450
Ziemniaki gotowane
Składniki: ziemniaki, sól biała
Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką
Składniki: kapusta pekińska, jabłko, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), cytryna, majonez (**jaja**, **gorczyca**), cukier, sól biała, pieprz
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Kisiel z owoców leśnych własnego wyrobu
Składniki: woda, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, czarne jagody, mrożone, cukier, skrobia ziemniaczana
Kakao
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier