

Intendent**pro**

Jadłospis Jadłospis 8 2025/2026:

 **16.03.2026** **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 rogałe pszenne maślane

Banany, suszone

Kawa zbożowa na mleku

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

 **17.03.2026** **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, karczek 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

 **18.03.2026** **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**.

 **19.03.2026** **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

 **20.03.2026** **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

📅 **23.03.2026** **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

📅 **24.03.2026** **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

📅 **25.03.2026** **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**.

📅 **26.03.2026** **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

📅 **27.03.2026** **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 8 2025/2026:

 **30.03.2026** **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

 **31.03.2026** **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

 **01.04.2026** **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**.

 **02.04.2026** **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**)

 **03.04.2026** **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

📅 07.04.2026 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 ryżowySkładniki: 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 truskawkowymSkładniki: chleb **pszenno-żytni**, dżem truskawkowy, niskosłodzony, masło ekstra (z **mleka**)**Kakao**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

📅 08.04.2026 Środa

Śniadanie

Kanapka z szynką z kurczaka i ogórkiem świeżymSkładniki: chleb **pszenno-żytni**, szynka z piersi kurczaka, ogórek, masło ekstra (z **mleka**)**Salata****Herbata z cytryną i miodem**

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

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

Obiad

Barszcz czerwony z ziemniakamiSkładniki: 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**.

📅 09.04.2026 Czwartek

Śniadanie

Kanapka z szynką wieprzową i sałatąSkładniki: chleb **pszenno-żytni**, szynka wieprzowa, gotowana, masło ekstra (z **mleka**), sałata**Rzodkiewka****Herbata z cytryną i miodem**

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

Płatki ryżowe na mlekuSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki ryżowe**Banan**

Obiad

Zupa fasolowa z ziemniakamiSkładniki: woda, ziemniaki, fasola biała, nasiona suche, kurczak, tuszka, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, żeberka wieprzowe wędzone, boczek wędzony bez kości, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Schab duszony w sosie własnym**

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, cebula, olej rzepakowy

Kasza gryczana**Surówka z ogórka kiszzonego**

Składniki: ogórek kiszony, cebula, olej rzepakowy

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

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

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

📅 10.04.2026 Piątek

Śniadanie

Kanapka z masłemSkładniki: chleb **pszenno-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 mlekuSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **owsiane****Banan**

Obiad

Zupa pomidorowa ze świeżych pomidorów z makaronemSkładniki: 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**