

Jadłospis obowiązujący od 14.09.2026r. do 18.09.2026r.

Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 14.09.2026r. do 18.09.2026r.....	2
Poniedziałek 14.09.2026.....	2
Zupa pomidorowa z ryżem.....	2
Kasza bulgur z gulaszem warzywnym, mus owocowy.....	2
Kompot.....	2
Wtorek 15.09.2026.....	3
Zupa krem z soczewicy.....	3
Makaron ze szpinakiem.....	3
Kompot.....	3
Środa 16.09.2026.....	4
Zupa ogórkowa.....	4
Ziemniaki kotlet schabowy mizeria z ogórków.....	4
Kompot.....	4
Czwartek 17.09.2026.....	5
Zupa fasolowa.....	5
Ryż zapiekany z jabłkiem z sosem truskawkowym	5
Kompot.....	5
Piątek 18.09.2026.....	6
Zupa pieczarkowa z makaronem.....	6
Ziemniaki ryba surówka z buraczków.....	6
Kompot.....	6

Jadłospis obowiązujący od 14.09.2026r. do 18.09.2026r.

Poniedziałek 14.09.2026

Zupa pomidorowa z ryżem

Składniki:

- wywar warzywny, ryż, marchew, pietruszka,
- **seler**, sól, pieprz, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy

Kasza bulgur z gulaszem wieprzowym, mus owocowy

Składniki:

- kasza(**gluten pszenny**), szynka wieprzowa, mąka(**gluten pszenny**)
- marchew, cebula, **seler**, pietruszka, olej, bułka tarta(**gluten pszenny**), sól, pieprz

Kompot

Składniki:

- truskawka, wiśnia, porzeczka czarna, jabłko, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400ml
- Kasza:200g
- Gulasz:150g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250ml
- Kasza:150g
- Gulasz:100g
- Kompot: 220 ml

Wtorek 15.09.2026

Zupa krem z soczewicy z grzankami

Składniki:

- wywar warzywny, ziemniaki, marchew, pietruszka, **seler**,
- soczewica , grzanki(**gluten pszenny**)
- sól, pieprz, czosnek

Makaron ze szpinakiem

Składniki:

- makaron(**bez jajeczny**)(**gluten pszenny**) szpinak, tofu
- sól ,pieprz, cebula, olej, suszone pomidory, sos sojowy

Kompot

Składniki:

- truskawka, wiśnia, jabłko, czarna porzeczka, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400ml
- Makaron:350g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250ml
- Makaron:275g
- Kompot: 220 ml

Środa 16.09.2026

Zupa ogórkowa

Składniki:

- marchew, pietruszka, **seler**, ogórek kiszony, mąka(**gluten pszenny**)
- porcja rosółowa, sól, pieprz, ziemniaki, natka pietruszki,

Ziemniaki , kotlet schabowy mizeria z ogórków

Składniki:

- ziemniaki, **jajka**, ogórek , jogurt naturalny(**mleko**)
- szczypiorek, olej , bułka tarta(**gluten pszenny**) ,sól, pieprz
- filet z kurczaka

Kompot:

Składniki:

- wiśnia , truskawka, jabłko, porzeczka czarna, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400ml
- Ziemniaki:150g
- Kotlet:100g
- Surówka:150g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250ml
- Ziemniaki:100g
- Kotlet:80g
- Surówka:100g
- Kompot: 220 ml

Czwartek 17.09.2026

Zupa fasolowa

Składniki :

- porcja rosółowa, kości wędzone,
- ziemniaki, fasola Jaś, natka pietruszki
- marchew, por, pietruszka, **seler**,

Ryż zapiekany z jabłkiem z sosem truskawkowym

Składniki:

- ryż, jabłka, masło(**mleko**), cukier trzcinowy, cynamon
- truskawki mrożone

Kompot

Składniki:

- czarna porzeczka ,wiśnia ,jabłko, truskawka, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400 ml
- Ryż:200g
- Sos:50g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250 ml
- Ryż:150g
- Sos:30g
- Kompot: 220 ml

Piątek 18.09.2026

Zupa pieczarkowa z makaronem

Składniki:

- porcja rosółowa, marchew, pietruszka, **seler**, pieczarki
- natka pietruszki makaron świderki(**gluten pszeniczny**)
- śmietana 18%(**mleko**), sól, pieprz

Ziemniaki, ryba, surówka z buraczków

Składniki:

- ziemniaki, **ryba**, buraczki, **jajka**
- cebula, olej, bułka tarta(**gluten pszeniczny**), sól, pieprz

Kompot

Składniki:

- truskawka, wiśnia, jabłka, czarna porzeczka, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa: 400ml
- Ziemniaki: 100g
- Ryba: 100g
- Surówka: 150g
- Kompot: 220ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa: 250ml
- Ziemniaki: 100g
- Ryba: 80g
- Surówka: 100g
- Kompot: 220ml

Legenda (objaśnienia):

1. Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji są oznaczone wytłuszczonym drukiem
2. Ilość cukru trzcinowego: 6 g w 220 ml kompotu