

📅 **13.04.2026** **Poniedziałek**

Śniadanie

Kasza manna na mleku

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

Ser gouda tłusty (z **mleka**)

Szynka z indyka

Pomidorki koktajlowe

Salata

Papryka żółta

Masło ekstra (z **mleka**)

Chleb **żytni** razowy

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Zupa

Zupa ogórkowa na wywarze warzywnym

Składniki: woda, ogórek kiszony, ryż biały, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Podwieczorek

Nutella z czerwonej fasoli - wyrób własny

Składniki: fasola czerwona, konserwowa, bez zalewy, kakao 16%, proszek

Chałka z masłem

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

II danie

Filet z kurczaka panierowany

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

Ziemniaki

Surówka z rzodkwi białej z jabłkiem

Składniki: rzodkiewka, jabłko, śmietana 18% (z **mleka**), cukier, sól biała, pieprz

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona

📅 **14.04.2026** **Wtorek**

Śniadanie

Schab duszony - wyrób własny

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

Serek ananasowy - wyrób własny

Składniki: twaróg sernikowy (z **mleka**), cukier z prawdziwą wanilią, ananas

Marchewka súpki

Składniki: marchew

Salata

Masło ekstra (z **mleka**)

Chleb **pszenno-żytni**

Herbata miętowa

Zupa

Barszcz czerwony z ziemniakami

Składniki: woda, burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, cebula, śmietana 18% (z **mleka**), por, botwinka, koncentrat barszczu czerwonego (**seler**), koperek, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz, majeranek

Podwieczorek

Budyń jaglany z awokado- wyrób własny

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, awokado, kasza jaglana

II danie

Gulasz z czerwonej soczewicy z warzywami i ryżem

Składniki: ryż biały, kapusta biała, marchew, soczewica czerwona, nasiona suche, passata pomidorowa, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, cukinia, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, 30%, cebula, mąka **pszenna**, typ 450

Kompot śliwkowy

Składniki: woda, śliwki bez pestek, mrożone

📅 **15.04.2026** **Środa**

Śniadanie

Owsianka na mleku

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

Mus jagodowy - wyrób własny

Składniki: jagody mrożone

Ser twarogowy półtłusty (z **mleka**)

Salata

Papryka żółta

Masło ekstra (z **mleka**)

Chleb **pszenno-żytni**

Wieprzowina polędwica

Herbata z melisy

Zupa

Zupa brokułowa

Składniki: ziemniaki, woda, brokuły, mrożone, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Podwieczorek

Dip ziołowy - wyrób własny

Składniki: śmietana 18% (z **mleka**), ziola prowansalskie, sól biała, pieprz

Warzywa do chrupania

Składniki: marchew, kalarepa, ogórek, papryka żółta, **seler** naciowy, rzodkiewka

II danie

Klopsy z rybne w sosie pomidorowym

Składniki: **miruna** mrożona, woda, **jaja** kurze całe, koncentrat pomidorowy, 30%, bułki **pszenne** zwykłe, cebula

Kasza **jęczmienna**, pęczak

Surówka z młodej kapusty z koperkiem

Składniki: kapusta biała, koperek, olej rzepakowy

Herbata z róży

Składniki: woda, cukier, herbata z róży

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

📅 **16.04.2026** **Czwartek**

Śniadanie

Twarożek straciatella - wyrób własny

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), jogurt grecki (z **mleka**), czekolada gorzka (**soja**, **mleko**)

Pasta jarzynowa - wyrób własny

Składniki: marchew, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, jogurt grecki (z **mleka**)

Ogórek kiszony

Papryka súpki

Składniki: papryka czerwona

Masło ekstra (z **mleka**)

Chleb **pszenno-żytni**

Herbata rumiankowa

Składniki: woda, herbata rumiankowa

Zupa

Zupa koperkowa z ryżem na wywarze warzywnym

Składniki: woda, ryż biały, marchew, pietruszka, korzeń, śmietana 18% (z **mleka**), **seler** korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Podwieczorek

Pieczona gruszka w polewie czekoladowej

Składniki: gruszka, czekolada gorzka (**soja**, **mleko**)

II danie

Udo z kurczaka

Ziemniaki

Surówka kopenhaska

Składniki: salata lodowa, marchew, ogórki konserwowe (**gorczyca**), natka pietruszki, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), cebula, musztarda (**gorczyca**), czosnek

Lemoniada cytrynowa

Składniki: woda, cytryna

📅 **17.04.2026** **Piątek**

Śniadanie

Płatki gryczane na mleku

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

Szynka wieprzowa, gotowana

Rzodkiewka tarta

Składniki: rzodkiewka

Salata

Szczypiorek

Pasta łososiowo- jajeczna - wyrób własny

Składniki: **łosoś** świeży, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**), majonez (**jajka**, **gorczyca**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), ziola prowansalskie

Bułka grahamka z masłem

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

Herbata z róży

Składniki: woda, herbata z róży

Zupa

Zupa fasolowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, fasola biała, nasiona suche, marchew, boczek wędzony bez kości, kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Podwieczorek

Migdały płatki

Koktajl buraczkowy - wyrób własny

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), burak, miód pszczeli

II danie

Mus truskawkowy własnego wyrobu

Składniki: truskawki, mrożone

Naleśniki na słodko

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, olej rzepakowy, twaróg sernikowy (z **mleka**), **jaja** kurze całe, cukier

Orzeźwiający izotonik - wyrób własny

Składniki: woda, cytryna, imbir świeży, ogórek