

📅 20.04.2026 **Poniedziałek****Śniadanie****Ser mozzarella (z mleka)****Szynka z udźca kurczaka****Papryka czerwona****Roszponka****Masło ekstra (z mleka)****Chleb żytni jasny****Kawa zbożowa na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)**Zupa****Krem z cukinii i batatów**Składniki: woda, bataty, cukinia, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Podwieczorek****Kisiel malinowy z siemieniem****Inianym - wyrób własny**

Składniki: woda, maliny, mrożone, skrobia ziemniaczana, siemię lniane

Wafle suche na bazie skrobi**kukurydzianej i mąki kukurydzianej (p. bezglutenowy)****II danie****Kompot jabłkowy**

Składniki: woda, jabłko

Spaghetti z czerwoną soczewicą w sosie pomidorowym i serem fetaSkładniki: makaron **pszenny** bezglutenowy, passata pomidorowa, soczewica czerwona, nasiona suche, ser typu "feta" (z **mleka**)📅 21.04.2026 **Wtorek****Śniadanie****Płatki kukurydziane na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane**Smalec z fasoli - wyrób własny**

Składniki: fasola biała, nasiona suche, cebula, jabłko, olej rzepakowy

Ser gouda tłusty (z mleka)**Salata****Ogórek****Masło ekstra (z mleka)****Chleb pełnoziarnisty z żyta****Woda z cytryną i miętą**

Składniki: woda, cytryna, mięta

Zupa**Kapuśniak z kiszonej kapusty z kaszą jęczmienną**Składniki: woda, kapusta kiszona, marchew, kasza **jęczmienna**, perłowa, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Podwieczorek****Bowl owocowo-warzywny z prażonymi pestkami dyni**

Składniki: banan, jabłko, marchew, kiwi, groszek zielony, dynia, pestki, luskane

II danie**Herbata malinowa****Puree ziemniaczane**Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z **mleka**), **mleko** krowie, 2% tłuszczu**Kotlet schabowy panierowany**Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, sól biała, pieprz**Surówka z czerwonej kapusty z jogurtem**Składniki: kapusta czerwona, jogurt grecki (z **mleka**), cebula, oliwa📅 22.04.2026 **Środa****Śniadanie****Twaróg sernikowy (z mleka)****Szczypiorek****Rzodkiewka tarta**

Składniki: rzodkiewka

Masło ekstra (z mleka)**Chleb pszenno-żytni****Majonez z awokado - wyrób własny**
Składniki: awokado, cytryna, natka pietruszki, czosnek, oliwa, sól biała, pieprz**Jajko gotowane**Składniki: **jaja** kurze całe**Herbata miętowa****Zupa****Zupa warzywna**Składniki: woda, ziemniaki, kalafior, brokuły, cukinia, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, cząber suszony**Podwieczorek****Kefir, 2% tłuszczu (z mleka)****Ciasto Brownie z kapustą kiszoną- wyrób własny**Składniki: kapusta kiszona, mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**), cukier z prawdziwą wanilią, kakao 16%, proszek, serek śmietankowy (z **mleka**), soda oczyszczona, proszek do pieczenia (**pszenica**), cukier puder**II danie****Gołąbki w sosie pieczarkowym**Składniki: kapusta włoska, wieprzowina szynka surowa, ryż biały, pieczarki świeże, mąka **pszenna**, typ 450, marchew, bułka tarta (**pszenica**), **jaja** kurze całe, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, masło ekstra (z **mleka**), por**Woda z pomarańczą**

Składniki: woda, pomarańcza

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.📅 23.04.2026 **Czwartek****Śniadanie****Płatki ryżowe na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki ryżowe**Paszтет warzywno- drobiowy - wyrób własny**Składniki: marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, mięso z udźca indyka, bez skóry, cebula, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe, olej rzepakowy**Ser gouda tłusty (z mleka)****Ogórek słupki**

Składniki: ogórek

Papryka żółta**Masło ekstra (z mleka)****Chleb pszenno-żytni****Herbata z róży**

Składniki: woda, herbata z róży

Zupa**Zupa pomidorowa z makaronem**Składniki: woda, passata pomidorowa, marchew, makaron **pszenny** bezglutenowy, śmietana 12% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Podwieczorek****Budyń czekoladowy- wyrób własny**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, czekolada gorzka (**soja**, **mleko**), skrobia ziemniaczana**II danie****Łosoś na parze**Składniki: **łosoś** świeży, olej rzepakowy**Ziemniaki****Surówka Colesław**Składniki: kapusta biała, marchew, cebula, majonez (**jajka**, **gorczyca**), śmietana 18% (z **mleka**), cytryna, cukier, sól biała, pieprz**Kompot porzeczkowy**

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone

📅 24.04.2026 **Piątek****Śniadanie****Pasta z ciecierzycy i pieczonego buraka - wyrób własny**

Składniki: ciecierzycza konserwowa, burak, czosnek, sok ze świeżej cytryny, sól biała, pieprz

Szynka wieprzowa, gotowana**Marchewka słupki**

Składniki: marchew

Papryka żółta**Masło ekstra (z mleka)****Chleb orkiszowy****Herbata z melisy**

Składniki: woda, herbata z melisy

Zupa**Zupa z fasolki szparagowej**Składniki: woda, fasolka szparagowa, mrożona, ziemniaki, marchew, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Podwieczorek****Koktajl brzoskwiniowy na maślance****z płatkami owsianymi - wyrób własny**Składniki: maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu (z **mleka**), brzoskwinia w syropie, płatki **owsiane****II danie****Sosem jogurtowo- malinowy - wyrób własny**Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), maliny, mrożone, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cukier**Pancakes**Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie uht, 2 % tłuszczu, **jaja** kurze całe, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), cukier, soda oczyszczona, olej rzepakowy**Woda z cytryną**

Składniki: woda, cytryna