

📅 30.03.2026 **Poniedziałek****Śniadanie****Owsianka na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **owsiane****Szynka wieprzowa, gotowana****Pasta z tuńczyka z kukurydzą**Składniki: **tuńczyk** w oleju, majonez (**jajka**, **gorczyca**), kukurydza, konserwowa, pieprz**Sałata****Ogórek kiszony****Roszonka****Masło ekstra (z mleka)****Chleb żytni razowy****Herbata miętowa****Zupa****Zupa z soczewicy na wywarze warzywnym z ziemniakami**Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pomidory w puszcze krojone, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, cebula, soczewica czerwona, nasiona suche, por, śmietana 18% (z **mleka**), koncentrat pomidorowy, 30%, czosnek, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka, tymianek, oregano suszone**Podwieczorek****Deser mleczny, ryżowo-jabłkowy****II danie****Spaghetti bolognese**Składniki: wieprzowina szynka surowa, makaron **pszenny** bezjajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, cebula**Ser parmezan (z mleka)****Kompot wieloowocowy**

Składniki: woda, jabłko, śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

📅 31.03.2026 **Wtorek****Śniadanie****Pasta jajeczna z serem żółtym i szczypiorkiem**Składniki: **jaja** kurze całe, ser edamski tłusty (z **mleka**), majonez (**jajka**, **gorczyca**), szczypiorek, musztarda (**gorczyca**)**Szynka z indyka****Pomidorki koktajlowe****Sałata****Masło ekstra (z mleka)****Chleb pszenno-żytni****Herbata z melisy**

Składniki: woda, cukier, herbata z melisy

Zupa**Krupnik z kaszą jęczmienną**Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kasza **jęczmienna**, perłowa, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Podwieczorek****Koktajl bananowy na kefirze**Składniki: kefir, 2% tłuszczu (z **mleka**), banan**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**II danie****Surówka z białej kapusty Colesław z oliwą**

Składniki: kapusta biała, marchew, oliwa, koperek

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Filet z miruny grillowanySkładniki: **miruna** świeża, filety bez skóry, olej rzepakowy**Herbata owocowa**

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

📅 01.04.2026 **Środa****Śniadanie****Płatki kukurydziane na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane**Parówki z kurczaka (pszenica, jajka, soja, mleko, orzechy, seler, gorczyca, sezam)****Ser gouda tłusty (z mleka)****Rzodkiewka****Kalarepa****Masło ekstra (z mleka)****Chleb pszenno-żytni****Herbata rumiankowa**

Składniki: woda, cukier, herbata rumiankowa

Zupa**Zupa grochowa z ziemniakami**

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, cebula, kielbasa śląska, groch, nasiona suche, boczek wędzony bez kości, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, cząber suszony

Podwieczorek**Kisiel truskawkowy do picia**

Składniki: woda, truskawki, skrobia ziemniaczana

II danie**Makaron z twarogiem i śmietaną**Składniki: makaron **pszenny** bezjajeczny, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), śmietana 18% (z **mleka**), cukier, cukier z prawdziwą wanilią**Marchewka súpki**

Składniki: marchew

Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.📅 02.04.2026 **Czwartek****Śniadanie****Ser mozzarella (z mleka)****Paszтет z ciecierzycy pieczony**Składniki: ciecierzycza, nasiona suche, marchew, pietruszka, korzeń, **jaja** kurze całe, **seler** korzeniowy, natka pietruszki**Sałata****Ogórek súpki**

Składniki: ogórek

Marchewka súpki

Składniki: marchew

Chleb pszenno-żytni**Masło ekstra (z mleka)****Kawa zbożowa na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)**Zupa****Zupa zacierkowa**Składniki: woda, marchew, mąka **pszenna**, typ 450, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, **jaja** kurze całe, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Podwieczorek****Jogurtowe mini serniczki z musem truskawkowym**Składniki: jogurt grecki (z **mleka**), truskawki, mrożone, banan, żelatyna, sok ze świeżej cytryny**II danie****Półdewiczki z kurczaka w panierce**Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), skrobia ziemniaczana, sól biała, pieprz, papryka słodka, kmin rzymski**Ziemniaki, późne****Kapusta kiszona****Herbata owocowa**

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

📅 03.04.2026 **Piątek****Śniadanie****Płatki orkiszowe na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **orkiszowe****Pasta z groszku**

Składniki: groszek zielony, mrożony, czosnek, oliwa, sól biała, pieprz

Jajko w sosie jogurtowo-majonezowymSkładniki: **jaja** kurze całe, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), majonez (**jajka**, **gorczyca**), sól biała, pieprz**Rukola****Szczypiorek****Masło ekstra (z mleka)****Chleb pszenno-żytni****Herbata z melisy**

Składniki: woda, cukier, herbata z melisy

Zupa**Zupa łososiowa z pomidorami**Składniki: woda, pomidory w puszcze krojone, marchew, cebula, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, masło ekstra (z **mleka**), natka pietruszki, czosnek, olej rzepakowy, sok ze świeżej cytryny, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, **łosoś** świeży, papryka słodka**Podwieczorek****Babka cytrynowa z lukrem**Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, sok ze świeżej cytryny, olej rzepakowy, cukier, cukier puder, proszek do pieczenia (**pszenica**)**II danie****Kluski leniwe z masłem**Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**) , cukier, sól biała**Surówka z marchewki i jabłka**

Składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy

Lemoniada cytrynowa

Składniki: woda, cytryna