

📅 11.05.2026 **Poniedziałek**

## Śniadanie

**Owsianka na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **owsiane****Chleb żytni razowy****Szynka wieprzowa, gotowana****Herbata miętowa****Rukola****Sałata****Ogórek kiszony****Masło ekstra (z mleka)**

## Zupa

**Krem z papryki z grzankami**Składniki: woda, papryka kolorowa, mrożona, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, bułka paryska (angielka) (**pszenica**), sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

## Podwieczorek

**Roladki z tortilli z szynką i papryką konserwową - wyrób własny**Składniki: tortilla wraps (p. bezglutenowy), szynka kanapkowa, papryka czerwona, konserwowa, serek śmietankowy (z **mleka**), majonez (**jajka**, **gorczyca**), musztarda (**gorczyca**), czosnek

## II danie

**Herbata czarna**

Składniki: woda, cytryna, herbata czarna

**Kiełbasa śląska****Bułka Hot Dog (pszenica)****Musztarda (gorczyca)****Ketchup****Sałata lodowa****Pomidorki koktajlowe****Papryka żółta****Ogórki konserwowe (gorczyca)**📅 12.05.2026 **Wtorek**

## Śniadanie

**Chleb pszenno-żytni****Masło ekstra (z mleka)****Sałata****Pomidorki koktajlowe****Kabanosy****Herbata rumiankowa**

Składniki: woda, cukier, herbata rumiankowa

**Pasta z tuńczyka z kukurydzą**Składniki: **tuńczyk** w oleju, majonez (**jajka**, **gorczyca**), kukurydza, konserwowa, pieprz

## Zupa

**Zupa selerowa z makaronem**Składniki: woda, **seler** korzeniowy, makaron dwujajeczny z semoliny (**pszenica**, **jajka**), marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

## Podwieczorek

**Koktajl bananowy na kefirze - wyrób własny**Składniki: kefir, 2% tłuszczu (z **mleka**), banan**Biszkopty (p. bezglutenowy)**

## II danie

**Filet z miruny panierowany**Składniki: filet z **miruny** mrożonej, olej rzepakowy, bułka tarta (**pszenica**), **mleko** krowie, 2% tłuszczu, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, sól biała, pieprz**Ziemniaki****Brokuł na parze**

Składniki: brokuły, mrożone

**Lemoniada cytrynowa**

Składniki: woda, cukier, cytryna

📅 13.05.2026 **Środa**

## Śniadanie

**Chleb pszenno-żytni****Masło ekstra (z mleka)****Rzodkiewka****Kalarepa****Płatki kukurydziane na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane**Pasta jajeczna z serem żółtym i szczypiorkiem**Składniki: **jaja** kurze całe, ser edamski tłusty (z **mleka**), majonez (**jajka**, **gorczyca**), szczypiorek, musztarda (**gorczyca**)**Sok wieloowocowy z owoców krajowych 100%**

## Zupa

**Krupnik z kaszą jęczmienną**Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kasza **jęczmienna**, perłowa, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

## Podwieczorek

**Krem czekoladowy z ciecierzycy - wyrób własny**Składniki: ciecierzycza, nasiona suche, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, daktyle suszone**Chałka z masłem**Składniki: chałki **pszenne**, masło ekstra (z **mleka**)

## II danie

**Kluski leniwe z bułką tartą - wyrób własny**Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**), bułka tarta (**pszenica**), cukier, sól biała**Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.📅 14.05.2026 **Czwartek**

## Śniadanie

**Chleb pszenno-żytni****Sałata****Ogórek słupki**

Składniki: ogórek

**Marchewka słupki**

Składniki: marchew

**Paszтет z ciecierzycy pieczony**Składniki: ciecierzycza, nasiona suche, marchew, pietruszka, korzeń, **jaja** kurze całe, **seler** korzeniowy, natka pietruszki**Ser gouda tłusty (z mleka)****Herbata miętowa**

## Zupa

**Zupa pomidorowa**Składniki: woda, marchew, koncentrat pomidorowy, 30%, makaron **pszenny** czterojajeczny, gotowany, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

## Podwieczorek

**Deser mleczny, ryżowo-jabłkowy - wyrób własny**

## II danie

**Poledwiczki 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****Surówka z selera i jabłka z jogurtem naturalnym**Składniki: **seler** korzeniowy, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), jabłko**Herbata z róży**📅 15.05.2026 **Piątek**

## Śniadanie

**Płatki orkiszowe na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **orkiszowe****Chleb pszenno-żytni****Masło ekstra (z mleka)****Pasta z groszku**

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

**Pomidorki koktajlowe****Sałata****Herbata z melisy**

Składniki: woda, cukier, herbata z melisy

## Zupa

**Zupa ziemniaczana**Składniki: woda, ziemniaki, marchew, udo z kurczaka, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

## Podwieczorek

**Deser z kaszy jaglanej i awokado - wyrób własny**

Składniki: woda, awokado, kasza jaglana

## II danie

**Makaron z twarogiem i śmietaną**Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), makaron **pszenny** bezjajeczny, śmietana 18% (z **mleka**), cukier**Surówka z marchewki z ananasem**Składniki: marchew, ananas, plastry w syropie, śmietana 18% (z **mleka**), cukier**Sok wieloowocowy świeży**

Składniki: pomarańcza, jabłko, kiwi, marchew, woda