

📅 **18.05.2026** **Poniedziałek**

Śniadanie

Chleb pszenno-żytni

Ser gouda tłusty (z mleka)

Szynka wieprzowa, gotowana

Salata

Papryka żółta

Kawa zbożowa na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

Zupa

Zupa zacierkowa

Składniki: woda, marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, mąka **pszenna**, typ 450, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, **jaja** kurze całe, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Podwieczorek

Bananowy budyń jaglany - wyrób własny

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

II danie

Gulasz wieprzowy

Składniki: wieprzowina łopatka, przecier pomidorowy, marchew, cebula, olej rzepakowy

Kluski śląskie

Składniki: ziemniaki, skrobia ziemniaczana, **jaja** kurze całe, sól biała

Ogórek kiszony słupki

Składniki: ogórek kiszony

Woda z truskawką, miętą, ogórkiem i cytryną

Składniki: woda, truskawki, ogórek, mięta, cytryna

📅 **19.05.2026** **Wtorek**

Śniadanie

Kasza manna na mleku

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

Chałka z masłem

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

Dżem wiśniowy, niskosłodzony

Herbata miętowa

Ananas, plastry w syropie

Marchewka słupki

Składniki: marchew

Zupa

Zupa buraczkowa

Składniki: woda, burak, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sok ze świeżej cytryny, sól biała, pieprz

Podwieczorek

Pizzeria

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, ser gouda tłusty (z **mleka**), pieczarki świeże, papryka czerwona, drożdże piekarskie, prasowane, woda, koncentrat pomidorowy, 30%, cukier, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, ocet jabłkowy, sól biała

II danie

Leczo z soczewicą i grillowanymi warzywami

Składniki: pomidor, cukinia, papryka czerwona, soczewica czerwona, nasiona suche, woda, oliwa, sos **sojowy** o obniżonej zaw. soli, kmin rzymski, kolendra, nasiona, papryka wędzona, sól biała, pieprz

Kasza gryczana

Orzeźwiający izotonik - wyrób własny

Składniki: woda, cytryna, imbir świeży, ogórek

📅 **20.05.2026** **Środa**

Śniadanie

Chleb pszenno-żytni

Twarożek ze szczypiorkiem

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, szczypiorek

Roszpinka

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Masło ekstra (z mleka)

Szynka z indyka

Rzodkiewka

Zupa

Zupa koperkowa z ryżem na wywarze warzywnym

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

Podwieczorek

Panna cotta z musem malinowym - wyrób własny

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), maliny, mrożone, cukier z prawdziwą wanilią, żelatyna

II danie

Sok wieloowocowy 100%

Składniki: sok wieloowocowy z owoców krajowych 100%

Kotlet pożarski

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

Ziemniaki

Surówka meksykańska

Składniki: kapusta pekińska, marchew, papryka czerwona, cebula czerwona, kukurydza, konserwowa, fasola czerwona, konserwowa, bez zalewy, olej rzepakowy, cukier, sól biała, pieprz

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

📅 **21.05.2026** **Czwartek**

Śniadanie

Płatki ryżowe na mleku

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

Chleb żytni razowy

Ser gouda tłusty (z mleka)

Salata

Pomidorki koktajlowe

Ogórek kiszony słupki

Składniki: ogórek kiszony

Rukola

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Masło ekstra (z mleka)

Zupa

Zupa ogórkowa

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

Podwieczorek

Koktajl wiśniowo - bananowy na jogurcie naturalnym - wyrób własny

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), banan, wiśnie bez pestek, mrożone, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cukier

II danie

Naleśniki na słodko - wyrób własny

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, cukier

Twaróg sernikowy (z mleka)

Mus truskawkowy własnego wyrobu

Składniki: truskawki, mrożone, cukier

Lemoniada cytrynowa

Składniki: woda, cukier, cytryna

📅 **22.05.2026** **Piątek**

Śniadanie

Pasta z ciecierzycy i pieczonego buraka -wyrób własny

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

Chleb pszenno-żytni

Kakao z mlekiem

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, cukier, kakao 16%, proszek

Parówki z kurczaka (pszenica, jajka, soja, mleko, orzechy, seler, gorczyca

, sezam)

Ketchup

Ogórek słupki

Składniki: ogórek

Pomidorki koktajlowe

Herbata rumiankowa

Składniki: woda, cukier, herbata rumiankowa

Masło ekstra (z mleka)

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

Salatka owocowo- warzywna - wyrób własny

Składniki: banan, jabłko, brzoskwinia w syropie, marchew, kiwi, cytryna, rodzynki, suszone

II danie

Bigos z kapusty kiszonej i białej

Składniki: kapusta kiszona, kapusta biała, kiełbasa śląska, boczek wędzony bez kości, marchew, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, cebula, olej rzepakowy, por, sól biała, pieprz

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona

Ziemniaki