

📅 25.05.2026 **Poniedziałek**

Śniadanie

Herbata z melisy bez cukru

Składniki: woda, herbata z melisy

Kasza manna na mleku

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

Chleb pszenny graham

Szynka parzona

Salata

Pomidorki koktajlowe

Marchewka mini na parze

Składniki: mini marchewki

Masło ekstra (z mleka)

Zupa

Zupa pomidorowa z ryżem

Składniki: woda, passata pomidorowa, marchew, ryż biały, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Podwieczorek

Biszkopty (p. bezglutenowy)

Koktajl bananowy na jogurcie

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), banan, **mleko** krowie, 2% tłuszczu

II danie

Leczo z kielbasą śląską

Składniki: woda, papryka czerwona, pomidor, kielbasa śląska, cebula, cukinia, olej rzepakowy, skrobina ziemniaczana, sól biała, pieprz

Ziemniaki

Woda z miętą

Składniki: woda, mięta

📅 26.05.2026 **Wtorek**

Śniadanie

Twarożek z brokułami i fetą

Składniki: twaróg sernikowy (z **mleka**), ser typu "feta" (z **mleka**), brokuły, gotowane w wodzie

Chleb pszemno-żytni

Masło ekstra (z mleka)

Salata

Szynka z indyka

Ogórek kiszony

Herbata miętowa

Masło ekstra (z mleka)

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

Paluch drożdżowy z makiem (

pszenica, jajka, mleko)

Pieczone jabłko

Składniki: jabłko

II danie

Bitki schabowe w sosie własnym

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, woda, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450

Kasza bulgur (**pszenica**)

Kalafior na parze

Składniki: kalafior, mrożony

Herbata czarna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

📅 27.05.2026 **Środa**

Śniadanie

Zupa mleczna z makaronem

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, makaron **pszenny** bezjajeczny

Masło ekstra (z mleka)

Chleb pszemno-żytni

Ser gouda tłusty (z mleka)

Salata

Papryka słupki

Składniki: papryka czerwona

Herbata czarna

Składniki: woda, herbata czarna

Zupa

Żurek z ziemniakami na białej kielbasie

Składniki: woda, ziemniaki, kielbasa biała parzona, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, czosnek, zakwas na żurek (**żyto**), pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Podwieczorek

Dip ziołowy - własnego wyrobu

Składniki: śmietana 18% (z **mleka**), majonez (**jajka, gorczyca**), zioła prowansalskie, sól biała, pieprz

Warzywa do chrupania

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

II danie

Surówka z marchewki z pomarańczą

Składniki: marchew, pomarańcza, śmietana 18% (z **mleka**), cukier

Ryż z jabłkami

Składniki: jabłko, ryż biały, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, śmietana 18% (z **mleka**), cukier, masło ekstra (z **mleka**), cynamon, sól biała

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona

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

📅 28.05.2026 **Czwartek**

Śniadanie

Chleb pszemno-żytni

Ser gouda tłusty (z mleka)

Rukola

Masło ekstra (z mleka)

Salata

Ogórek

Banan

Napój mleczny kakaowy

Pasta jajeczna ze szczypiorkiem

Składniki: **jaja** kurze całe, majonez (**jajka, gorczyca**), szczypiorek

Zupa

Zupa marchwianka z kaszą jaglaną

Składniki: ziemniaki, marchew, **seler** korzeniowy, kasza jaglana, pietruszka, korzeń, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Podwieczorek

Broszkwinia w syropie

Serek waniliowy - wyrób własny

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

Wafle ryżowe

II danie

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Filet z miruny panierowany

Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, bułka tarta (**pszenica**), mąka **pszenna**, typ 450

Ziemniaki

Surówka kopenhaska

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

📅 29.05.2026 **Piątek**

Śniadanie

Pasta guacamole

Składniki: awokado, pomidor, cytryna, czosnek

Szczypiorek

Papryka czerwona, konserwowa

Salata

Bułki kajzerki (**pszenica**)

Masło ekstra (z mleka)

Płatki ryżowe na mleku

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

Herbata rumiankowa

Składniki: woda, herbata rumiankowa

Zupa

Zupa jarzynowa

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

Podwieczorek

Banan w polewie czekoladowej

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

II danie

Lemoniada cytrynowa

Składniki: woda, cukier, cytryna

Spaghetti z czerwoną soczewicą w sosie pomidorowym i serem feta

Składniki: makaron **pszenny** bezjajeczny, passata pomidorowa, soczewica czerwona, nasiona suche, ser typu "feta" (z **mleka**)