

Jadłospis 28 wrzesień – 2 październik 2026

Poniedziałek

zupa fasolowa 250ml (woda, ziemniaki, fasola jaś, marchew, seler, pietruszka, por, cebula, oliwa z oliwek, czosnek, sól, pieprz, majeranek)

makaron z owocami 280g (makaron pszenny, truskawki, malina, jagoda, mango, banan, jogurt naturalny, śmietana 18%, cukier, sól)

bakalie 40g (mieszanka studencka Sante)

woda

Wtorek

zupa kalafiorowa 250ml (woda, kalafior, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, por, cebula, śmietanka roślinna 15%, oliwa z oliwek, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, lubczyk)

kotlet pożarski 90g (kurczak, bułka tata, jajka, olej rzepakowy, sól, papryka, czosnek, pierz), **ziemniaki** 140g **surówka z białej kapusty** porcja 70g (biała kapusta, marchew, jabłko, olej rzepakowy, cytryna, sól, pieprz, cukier)

woda

Środa

zupa kapuśniak z kiszonej kapusty 250ml (woda, kapusta kiszona, ziemniaki, pomidory w soku własnym, marchew, por, seler, pietruszka, oliwa z oliwek, koperek, sól, lubczyk, pieprz)

bitka schabowa w sosie własnym 150g (wieprzowina, woda, mąka pszenna, olej rzepakowy, sól, papryka, czosnek, pierz), **kasza bulgur** 150g, **fasola szparagowa** porcja 70g (fasola szparagowa, bułka tarta, masło, sól, cukier)

woda

Czwartek

zupa krupnik 250ml (woda, kasza jęczmienna wiejska, ziemniaki, marchew, por, seler, pietruszka, śmietanka roślinna 15%, koperek, sól, lubczyk, pieprz)

jajko sadzone 90g (jajka, masło, szczypiorek, sól, pierz), **ziemniaki** 140g

mizeria porcja 70g (ogórek, śmietana 18%, jogurt naturalny, sól, cukier)

sok marchwiowo owocowy 175ml

Piątek

zupa pomidorowo-dyniowa 250ml (woda, passata pomidorowa, kus kus, dynia, marchew, seler, pietruszka, por, napój kokosowy, cebula, natka, sól, cukier, pieprz)

łosoś z patelni 90g (łosoś, mąka pszenna, olej rzepakowy, cytryna, pieprz, papryka), **ziemniaki** 160g, **surówka z ogórka kiszzonego i pomidora** porcja 70g (ogórek kiszony, pomidor, cebula, olej rzepakowy, natka pietruszki, sól, pieprz)

woda

Jadłospis 5 - 9 październik 2026

Poniedziałek

zupa barszcz biały 250ml (woda, ziemniaki, marchew, seler, kielbasa wieprzowa, por, zakwas pszenny, śmietanka 18%, pietruszka, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, majeranek, czosnek, pieprz)
spaghetti tofu bolognese 280g (makaron pszenny, passata pomidorowa, tofu wędzone, marchew, cebula, woda, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, suszone pomidory w oleju słonecznikowym, sól, czosnek, pieprz),
mus owocowo warzywny 100g
woda

Wtorek

zupa jarzynowa 250ml (woda, marchew, makaron razowy, kalafior, brokuł, fasola szparagowa, gruszek, brokuł, seler, por, śmietanka roślinna 15%, pietruszka, cebula, koperek, sól, pieprz, lubczyk)
kurczak pieczony 90g (kurczak, olej rzepakowy, sól, papryka, czosnek, pieprz),
ziemniaki 140g, **surówka z sałat** porcja 60g (kapusta pekińska, sałata lodowa, ogórek, kukurydza, papryka, cebula czerwona, olej rzepakowy, cytryna, cukier, sól, pieprz)
woda

Środa

zupa ogórkowa 250ml (woda, ogórki kiszone, ziemniaki, marchew, seler, por, pietruszka, śmietana roślinna 15%, cebula, oliwa z oliwek, czosnek, przyprawy)
placki ryżowe z jabłkami 160g (mąka pszenna, ryż, jabłka, mleko 3,2%, jaja, woda, olej rzepakowy, cukier, sól, proszek do pieczenia), sos jogurtowy porcja 50g (jogurt naturalny, śmietana 18%)
sok pomarańczowy 175ml

Czwartek

zupa soczewicowa 250ml (woda, soczewica czerwona, marchew, ryż, koncentrat pomidorowy, seler, por, napój kokosowy, pietruszka, natka pietruszki, sól, papryka, pieprz, lubczyk)
devolaile 100g (filet z kurczaka, bułka tata, jajka, olej rzepakowy, sól, papryka, czosnek, pieprz), **ziemniaki** 140g, **surówka z marchewki** porcja 70g (marchew, jabłko, olej rzepakowy, żurawina, cukier, cytryna, sól)
woda

Piątek

zupa barszcz ukraiński 250ml (woda, buraki, kasza bulgur, marchew, seler, kapusta, por, fasola szparagowa, śmietanka roślinna 15%, pietruszka, cebula, czosnek, sól, pieprz)
dorsz pieczony 90g (poledwica z dorsza, olej rzepakowy, koperek, sól, pieprz cytrynowy), **ziemniaki** 130g, **surówka z kiszonej kapusty** porcja 70g (kapusta kiszona, marchew, cebula, jabłko, olej rzepakowy, natka pietruszki, cukier, pieprz)
woda