

Jadłospis 26 – 30 maj 2025

Poniedziałek

zupa grochowa 250ml (woda, groch, ziemniaki, kiełbasa wieprzowa, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, majeranek, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

ryż z owocami 300g (ryż, mango, truskawka, jogurt typu greckiego, śmietana 18%, cukier, sól)

kompot owocowy 175ml (woda, śliwka, porzeczka, wiśnia, truskawka, cukier)

Wtorek

zupa kapuśniak 250ml (woda, kapusta kiszona, ziemniaki, marchew, wywar mięsny, seler, koncentrat pomidorowy, pietruszka, por, cebula, cytryna, koperek, sól, pieprz, lubczyk)

spaghetti bolognese 320g (makaron pszenny, łopata wieprzowa, karkówka wieprzowa, pomidory w sosie własnym, woda, marchew, mąka pszenna, cebula, olej rzepakowy, sól, czosnek, papryka, pieprz)

sok jabłkowy 175ml

Środa

zupa koperkowa 250ml (woda, marchew, kasza manna, kalafior, brokuł, fasola szparagowa, groszek, szpinak, seler, por, śmietanka 18%, pietruszka, cebula, masło, koperek, sól, pieprz, lubczyk)

filet z kurczaka 100g (kurczak, bułka tata, jajka, mleko 3,2%, olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka), **ziemniaki** 150g, **surówka z sałat** porcja 70g (kapusta pekińska, sałata lodowa, pomidory, papryka, kukurydza, rukola, olej rzepakowy, szczypiorek, cukier, cytryna, sól)

sok pomarańczowy 175ml

Czwartek

zupa buraczkowa 250ml (woda, ziemniaki, buraki, wywar mięsny, marchew, seler, por, śmietanka 18%, pietruszka, cebula, czosnek, cytryna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie)

potrawka z indyka 120g (szynka wieprzowa, mąka pszenna, cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, papryka, pieprz), **kasza bulgur** 160g, **mini marchew z masłem** porcja 70g

lemoniada 175ml (woda, cytryna, pomarańcze, miód)

Piątek

zupa soczewicowa 250ml (woda, soczewica, ryż, marchew, koncentrat pomidorowy, śmietanka 18%, seler, por, pietruszka, masło, natka pietruszki, sól, papryka, pieprz, lubczyk)

dorsz panierowany 100g (dorsz, bułka tarta, jajka olej rzepakowy, cytryna, sól, pieprz cytrynowy), **ziemniaki** 150g, **sałatka szwedzka** porcja 70g (ogórek kiszony, marchew, cebula, olej rzepakowy, natka pietruszki, cukier, pieprz)

kompot wiśniowy 175ml (woda, wiśnia, cukier)

Jadłospis 2 – 6 czerwiec 2025

Poniedziałek

zupa żurek z białą kielbasą 250ml (woda, ziemniaki, marchew, kielbasa wieprzowa biała, seler, por, zakwas żytni, śmietanka 18%, pietruszka, cebula, czosnek, sól, majeranek, lubczyk, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)
pierogi z twarogiem borówkami 180g (mąka pszenna, twaróg krajanka, woda, jajka, borówki, cukier, skrobia ziemniaczana, sól), sos śmietankowy 50g (jogurt typu greckiego, śmietana 18%, cukier)
sok multiwitamina 150ml

Wtorek

zupa kalafiorowa 250ml (woda, kalafior, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, por, cebula, śmietanka 18%, masło, czosnek, natka pietruszki, przyprawy)
gulasz wieprzowy 120g (wieprzowina, woda, mąka pszenna, olej rzepakowy, sól, pieprz, czosnek, papryka, liść laurowy, ziele angielskie), kasza gryczana 150g, **ogórek kiszony** porcja 70g
sok pomarańczowy 175ml

Środa

zupa krupnik 250ml (woda, ziemniaki, kasza jęczmienna, wywar mięsny, marchew, seler, por, pietruszka, cebula, czosnek, sól, pieprz, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie)
gotówki w sosie pomidorowym 120g (mięso wieprzowe, ryż, kapusta, woda, jajka, woda, koncentrat pomidorowy, cebula, mąka pszenna, skrobia ziemniaczana, olej rzepakowy, sól, czosnek, majeranek, papryka, pieprz),
bułka pszenna 100g
mus owocowo warzywny 100g
kompot truskawkowo wiśniowy 175ml (woda, truskawka, wiśnia, cukier)

Czwartek

zupa owocowa 250ml (woda, truskawka, wiśnia, malina, makaron pszenny, skrobia ziemniaczana, cukier, cytryna)
kotlet schabowy 100g (schab wieprzowy, bułka tata, jajka, olej rzepakowy, sól, papryka, czosnek, pierz), **ziemniaki** 150g, **kapusta zasmażana** porcja 50g (biała kapusta, marchew, masło, mąka pszenna, koperek, cytryna, sól, pieprz)
sok jabłkowy 175ml

Piątek

zupa pomidorowa 250ml (woda, pomidory w soku własnym, marchew, ryż, seler, por, śmietanka 18%, pietruszka, masło, cebula, czosnek, sól, lubczyk, pieprz)
łosoś pieczony 100g (łosoś, olej rzepakowy, cytryna, sól, pieprz), **ziemniaki** 150g, **surówka z selera i rzodkwi** porcja 70g (seler, rzodkiew, szczypior, cytryna, natka pietruszki, cukier, sól, pieprz)
kompot owocowy 175ml (woda, śliwka, porzeczka, wiśnia, truskawka, cukier)