

## Jadłospis 7 - 9 styczeń 2026

### Środa

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

**makaron z owocami** 280g (makaron pszenny, truskawki, mango, malina, jogurt naturalny typu greckiego, jogurt naturalny śmietana 18%, cukier, sól)

**sok pomarańczowy** 175ml

### Czwartek

**zupa kalafiorowa** 250ml (woda, kalafior, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, por, cebula, śmietanka 18%, masło, czosnek, natka pietruszki, przyprawy)

**gulasz wieprzowy** 150g (wieprzowina, woda, cebula, mąka pszenna, olej rzepakowy, sól, papryka, czosnek, pierz), **kasza gryczana** 150g, **colesław** porcja 70g (kapusta biała, marchew, jogurt naturalny, majonez, natka pietruszki, sól, czosnek, pieprz)

**kompot truskawkowy** 175ml (woda, truskawka, cytryna, cukier)

### Piątek

**zupa buraczkowa** 250ml (woda, buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, por, cebula, śmietanka 18%, masło, cytryna, natka pietruszki, sól, pieprz, lubczyk)

**pierogi ruskie** 150g (mąka pszenna, woda, ziemniaki, twaróg półtłusty, jajka, olej rzepakowy, sól, czosnek, pierz), **okrasa** 20g (cebula, olej rzepakowy, pieprz), **surówka z kiszonej kapusty** porcja 70g (kapusta kiszona, marchew, cebula, jabłko, olej rzepakowy, natka pietruszki, cukier, pieprz)

**sok jabłkowy** 200ml

## Jadłospis 12 - 16 styczeń 2026

### 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)  
**pankejski** 180g (mąka pszenna, maślanka, jaja, woda, cukier, olej rzepakowy, sól, proszek do pieczenia), **sałatka owocowa** porcja 70g (truskawka, banan, winogrona, ananas w syropie, mango, brzoskwinia w syropie, borówki, cytryna)  
**sok pomarańczowy** 175ml

### Wtorek

**zupa kartoflanka** 250ml (woda, ziemniaki, marchew, seler, por, pietruszka, masło, natka pietruszki, sól, majeranek, pieprz, czosnek, lubczyk)  
**schab w kremowym sosie** 140g (wieprzowina, woda, śmietanka 18%, mąka pszenna, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, sól, pieprz, czosnek, papryka, liść laurowy, ziele angielskie), **kasza bulgur** 150g, **ogórek kiszony** porcja 70g  
**kompot owocowy** 175ml (woda, śliwka, porzeczka, wiśnia, truskawka, cukier)

### Środa

**zupa jarzynowa** 250ml (woda, marchew, kasza manna, kalafior, brokuł, fasola szparagowa, groszek, szpinak, seler, por, śmietanka 18%, pietruszka, cebula, masło, koperek, sól, pieprz, lubczyk)  
**devolaile** 100g (filet z kurczaka, bułka tata, jajka, olej rzepakowy, sól, papryka, czosnek, pierz), **ziemniaki** 150g, **surówka z kapusty pekińskiej** porcja 70g (kapusta pekińska, ogórek, papryka, olej rzepakowy, natka pietruszki, cytryna, sól, cukier, pieprz)  
**lemoniada** 175ml (woda, cytryna, pomarańcze, cukier, miód, imbir)

### Czwartek

**zupa ogórkowa** 250ml (woda, ziemniaki, ogórki kiszone, marchew, seler, por, pietruszka, cebula, śmietanka 18%, masło, koperek, sól, pieprz)  
**spaghetti bolognese** 280g (makaron pszenny, łopatka wieprzowa, karkówka wieprzowa, pomidory w sosie własnym, woda, marchew, mąka pszenna, cebula, olej rzepakowy, sól, czosnek, papryka, pieprz)  
**sok jabłkowy** 200ml

### Piątek

**zupa pomidorowa** 250ml (woda, pomidory w soku własnym, ryż, marchew, seler, por, pietruszka, cebula, śmietanka 18%, masło, sól, pieprz)  
**dorsz pieczony** 100g (dorsz, olej rzepakowy, sól, pieprz cytrynowy), **ziemniaki** 150g, **surówka z marchewki** porcja 70g (marchew, jabłko, olej rzepakowy, cukier, cytryna, sól)  
**kompot owocowy** 175ml (woda, śliwka, porzeczka, wiśnia, truskawka, cukier)