

Jadłospis 16 – 20 marzec 2026

Poniedziałek

zupa barszcz biały 250ml (woda, ziemniaki, marchew, seler, kiełbasa wieprzowa, por, zakwas pszenny, śmietanka 18%, pietruszka, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, majeranek, czosnek, pieprz)
makaron z truskawkami i twarogiem 320g (makaron pszenny, truskawki, jogurt naturalny, twaróg półtłusty, cukier)
sok jabłkowy 200ml

Wtorek

zupa jarzynowa 250ml (woda, marchew, kalafior, brokuł, kasza manna, fasola szparagowa, groszek, szpinak, seler, por, śmietanka 18%, pietruszka, cebula, masło, koperek, sól, pieprz, lubczyk)
kurczak pieczony 100g (kurczak, olej rzepakowy, sól, papryka, pierz), **ziemniaki** 160g, **surówka colesław** porcja 70g (kapusta, marchew, jogurt naturalny, majonez, sól, czosnek, pierz)
kompot śliwkowo malinowy 175ml (woda, śliwka, malina, cukier, cytryna)

Środa

zupa z soczewicy 250ml (woda, ziemniaki, soczewica czerwona, marchew, por, seler, pietruszka, mleko kokosowe, koncentrat pomidorowy, kolendra, cytryna, sól, lubczyk, pieprz)
pulpety w sosie koperkowym 160g (wieprzowina, woda, bułka pszenna, bułka tarta, jajka, śmietanka 18%, mąka pszenna, cebula, skrobia ziemniaczana, masło, koperek, sól, czosnek, majeranek, papryka, pieprz), **ryż** 150g, **fasolka szparagowa z masłem i sezamem** porcja 70g
lemoniada 175ml (woda, cytryna, pomarańcza, miód, mięta)

Czwartek

zupa buraczkowa 250ml (woda, buraki, ziemniaki, seler, pietruszka, śmietanka 18%, koncentrat pomidorowy, por, masło natka pietruszki, sól, papryka, pieprz, czosnek)
pierogi z mięsem 160g (mąka pszenna, woda, mięso wieprzowe, mięso drobiowe, jajka, marchew, olej rzepakowy, sól, czosnek, pierz), **okrasa** 20g (cebula, olej rzepakowy, pieprz), **ogórek kiszony** porcja 70g
kompot truskawkowy 175ml (woda, truskawka, cukier, cytryna)

Piątek

zupa ogórkowa 250ml (woda, ogórki kiszone, marchew, ryż, seler, por, pietruszka, cebula, masło, koperek, czosnek, sól, pieprz)
steiki rybne w ziołowej panierce 120g (filet z mintaja, mąka pszenna, mąka ryżowa, sól, papryka, drożdże, oregano, tymianek, olej rzepakowy) **ziemniaki** 160g, **surówka z marchewki** porcja 70g (marchew, jabłko, brzoskwinie w syropie, olej rzepakowy, cukier, cytryna, sól)
pomarańczowy 175ml

Jadłospis 23 – 27 marzec 2026

Poniedziałek

zupa grochowa 250ml (woda, ziemniaki, groch, wywar mięsny, marchew, seler, por, pietruszka, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, majeranek, czosnek, pieprz)

ryż z jabłkami i sosem jogurtowym 280g (ryż, jabłka, woda, jogurt naturalny, śmietana 18%, cukier, masło, sól), **mus owocowo warzywny** 100g

sok multiwitamina 175ml

Wtorek

zupa kartoflanka 250ml (woda, ziemniaki, marchew, seler, por, pietruszka, cebula, masło, czosnek, natka pietruszki, sól, majeranek, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

schab w sosie słodko kwaśnym 160g (schab wieprzowy, pomidory w soku własnym, woda, marchew, papryka, por, cebula, pędy bambusa, kietki fasoli Mung, grzyby Mun, mąka pszenna, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, sól, czosnek, papryka, pieprz), **makaron pszenny** 160g

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

Środa

zupa z czerwonej fasoli 250ml (woda, fasola czerwona, kasza kukurydziana, seler, papryka, pietruszka, koncentrat pomidorowy, por, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, papryka, pieprz, czosnek)

kotlet z kurczaka 100g (filet z kurczaka, bułka tata, jajka, olej rzepakowy, sól, papryka, czosnek, pierz), **ziemniaki** 160g, **mizeria** porcja 70g (ogórek, jogurt typu greckiego, śmietana 18%, cukier, cytryna, sól)

sok pomarańczowy 175ml

Czwartek

zupa cukiniowa 250ml (woda, cukinia, ziemniaki, marchew, seler, por, śmietanka 18%, pietruszka, cebula, masło, natka pietruszki, sól, czosnek, pieprz, lubczyk)

gulasz wołowy 120g (wołowina, mąka pszenna, cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, papryka, pieprz), **kasza bulgur** 160g **warzywa z wody** porcja 70g (marchew, brokuł, kalafior, masło, sól, cukier)

kompot truskawkowo wiśniowy 175ml (woda, truskawka, wiśnia, cukier)

Piątek

zupa pomidorowa 250ml (woda, pomidory w soku własnym, makaron pszenny, marchew, seler, por, pietruszka, cebula, śmietanka 18%, masło, cukier, sól, pieprz)

dorsz panierowany 100g (dorsz, olej rzepakowy, cytryna, sól), **ziemniaki** 160g, **surówka z kapusty pekińskiej** porcja 70g (kapusta pekińska, ogórek, papryka, kukurydza, olej rzepakowy, natka pietruszki, sól, cytryna, cukier, pierz)

sok jabłkowy 175ml