

# JADŁOSPIS 13.10-17.10 2025r.,

|                                           | Poniedziałek                                                                                                                                                                                                                                                         | Wtorek<br>SZWEDZKI STÓŁ                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Środa                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Czwartek                                                                                                                                                                                                                                                                   | WEGE piątek                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b><br><b>Godz.:9:00</b>     | pieczywo; chleb mieszany, słonecznikowy <sup>1</sup> (40g), masło <sup>7</sup> (7g),/*masło b.laktozy, szynka drobiowa(20g), pomidor koktajlowy(20g), ogórek kiszony(10g), herbata owocowa (150g), płatki górskie na mleku <sup>1 7</sup> (120g), /*mleko b. laktozy | pieczywo; baton pszenny, chleb orkiszowy (40g) <sup>1</sup> , masło (7g) <sup>7</sup> ,/masło b. laktozy, łosoś wędzony <sup>4</sup> (20g), jajko na twardo <sup>3</sup> (25g), papryka czerwona(10g), ogórek zielony(10g), mix sałat (5g), herbata z cytryną (150g), mleko <sup>7</sup> (120g),/* mleko b. laktozy | pieczywo; chleb mieszany, chleb tygrysi wieloziarnisty (40g) <sup>1</sup> , masło (7g) <sup>7</sup> ,/* mleko b. laktozy, ser biały krajanka <sup>7</sup> (20g), miód(7g), pomidor(20g), rukola(5g), herbata ziołowa(150g), płatki ryżowe na mleku <sup>13</sup> <sup>7</sup> (120g), /* mleko b. laktozy | pieczywo; baton mieszany, chleb żytni <sup>1</sup> (40g), masło <sup>7</sup> (7g),/*masło b.laktozy, kiełbasa-wieprzowa krakowska(20g),papryka kolorowa(20g),szpinak Baby(5g), herbata owocowa (150g), patki orkiszowe na mleku <sup>1 7</sup> (120g), /* mleko b. laktozy | pieczywo: bułka pszenna <sup>1</sup> (40g), masło <sup>7</sup> (7g),/*masło b laktozy, nutella/banan, kakao, awokado/(20g), papryka żółta(20g), roszponka(5g), herbata z cytryną(120g), płatki kukurydziane na mleku <sup>1 7</sup> (120g), /* mleko b.laktozy, marchewka i ogórek do chrupania (30g), |
| <b>Obiad</b><br><b>Godz.:12:00</b>        | Zupa z czerwonej fasoli z ziemniakami(220g), <sup>1 7 9</sup> pierogi z serem i masłem <sup>13 7</sup> (220g), marchewka z mandarynką(75g), kompot truskawkowy150g),                                                                                                 | Zupa pomidorowa z ryżem i zieloną pietruszką(220g), <sup>1 9</sup> ziemniaki(150g), schab pieczony(75g), buraki(75g), kompot truskawkowo-agrestowy(150),                                                                                                                                                            | Zupa grysikowa z warzywami i zieloną pietruszką <sup>1 9</sup> (220), łazanki z kiełbasą, kapustą kiszoną i cebulką(220g), jabłko (45g), kompot wisniowy(150g),                                                                                                                                           | Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną <sup>1 7 9</sup> (220g), kasza bulgur <sup>1</sup> (150g), gulasz wieprzowy w sosie własnym (75g), ogórek kiszony (75g), kompot owocowy(150g),                                                                           | Zupa krem pieczarkowy z grzankami <sup>1 7</sup> (220g), ziemniaki(150g),paluszki rybne(75g), kapusta kiszona zasmażana(75g), kompot truskawkowo rabarbarowy(150g),                                                                                                                                    |
| <b>Podwieczorek</b><br><b>Godz.:14:00</b> | Sok jabłko półsłodkie 100% naturalne (120g), wafle ryżowe ze słonecznikiem <sup>1</sup> (10g), owoc (80g),                                                                                                                                                           | Herbata z cytryną(120g), chałka z masłem i miodem <sup>1 7</sup> (25g), śliwka (60g),                                                                                                                                                                                                                               | Ciasto wyrób własny <sup>1 3 7</sup> (40g), INKA na mleku <sup>7</sup> (120g), kiwi (70g),                                                                                                                                                                                                                | Kasza manna na mleku z sokiem malinowym <sup>7</sup> (120g), smoothie owocowe(240g), arbuz(70g),                                                                                                                                                                           | Koktajl jagodowy na jogurcie naturalnym <sup>7</sup> (120g), ciastka sante (40), arbuz, melon, jabłko, banan(170g),                                                                                                                                                                                    |

\* Produkty dla dzieci z diety eliminacyjnej

- Do każdego podwieczorku dzieci otrzymują pieczywo z masłem

INTENDENT ZASTRZEGA SOBIE PRAWO DO DROBNYCH ZMIAN W JADŁOPISIE.