



Jadłospis



DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	DESER
Wtorek 02.06.2026 r.	Bułka dyniowa z masłem (gluten pszenicy, żyta) z masłem (mleko) jajecznica na maśle ze szczypiorkiem (mleko) Bukiet warzyw: szczypior, sałata masłowa, pomidor koktajlowy. zupa mleczna(mleko) z makaronem(gluten pszenicy), miód naturalny herbata czarna z cytryną i miodem (woda,herbata,cytryna, miód naturalny) ½ gruszki	Zupa: gulaszowa z ziemniakami (łopatka wieprzowa,wywar warzywny (seler), przyprawy, papryka, pomidory, ziemniaki) II danie: makaron z pesto dyniowym (makaron pełnoziarnisty (gluten pszenicy) pestki dyni , olej rzepakowy,przyprawy) kalarepka do chrupania woda z cytryną (woda, cytryna)	Kisiel wiśniowy (wiśnie mrożone,miód naturalny skrobia ziemniaczana) Wyrób własny Wafel ryżowy
Środa 03.06.2026 r.	Pieczywo mieszane (gluten pszenicy, żyta) z masłem (mleko) kielbasa krakowska z indyka Bukiet warzyw: ogórek kiszony, rzodkiewka, sałata masłowa, kakao (mleko) ½ jabłka	Zupa: zielonego groszku z ryżem (wywar warzywny (seler), groszek mrożony, ryż, natka pietruszki, śmietana 12% (mleko), przyprawy) II danie: pulpety sosie śmietankowo-koperkowym(łopatka wieprzowa, cebula, (jaja), przyprawy, koncentrat pomidorowy, koperek, mąka (gluten pszenicy), woda z imbir, cytryną i miodem (woda, imbir, miód)	Kefir owocowy (kefir (mleko), truskawki mrożone,miód naturalny) Wyrób własny
Piątek 05.06.2026 r.	Pieczywo mieszane (gluten pszenicy, żyta) z masłem (mleko) Paszтет wykwintny Bukiet warzyw: pomidor koktajlowy, szczypiorek, rzodkiewka kawa z mlekiem (gluten żyta, jęczmienia) (mleko) miód naturalny ½ mandarynki	Zupa: z soczewicy z grzankami(wywar warzywny (seler), marchewka, natka pietruszki, śmietana 12% (mleko), grzanki (gluten pszenicy) przyprawy) II danie: rybna panierowana (filet z miruny bez skóry, jaja(mleko), płatki kukurydziane, bułka tarta (gluten pszenicy), olej kujawski, przyprawy) ziemniaki kapusta kiszona (kapusta kiszona, cebula, olej rzepakowy, kminek, przyprawy, natka pietruszki) kompot truskawkowy (woda, truskawki mrożone, miód naturalny)	Budyń czekoladowy (mleko), (jaja), mąka ziemniaczana, cukier, czekolada gorzka 80 %) Wyrób własny

<p>Poniedziałek 08.06.2026 r.</p>	<p>Pieczywo mieszane (gluten pszenicy, żyta) z masłem (mleko) Twarożek z rzodkiewką Bukiet warzyw :pomidor koktajlowy, papryka czerwona, papryka żółta. Kawa zbożowa (gluten żyta, jęczmienia) na mleku (mleko), miód naturalny ¼ winogrono</p>	<p>Zupa: żurek z jajkiem, kielbasą i grzankami (wywar warzywny (seler), kielbasa śląska(soja), grzanki(gluten pszenicy) przyprawy, zakwas żytni (gluten pszenicy), śmietana(mleko) II danie: placki ziemniaczane z śmietaną (ziemniaki, (jaja), mąka (gluten pszenicy, śmietana (mleko) por z jogurtem naturalnym woda z cytryną (woda, cytryna)</p>	<p>Jogurt malinowy (jogurt naturalny (mleko), maliny mrożone, miód naturalny)</p>
<p>Wtorek 09.06.2026 r.</p>	<p>Bułka wrocławska(gluten pszenicy, żyta) z masłem (mleko) Pasta z brokuła z fetą (brokuł, ser feta(mleko)przyprawy) Bukiet warzyw:rzodkiewka, szczypior, pomidor, sałata masłowa owsianka z bakaliami herbata z miodem ½ jabłka</p>	<p>Zupa: zupa kalafiorowa z ziemniakami (wywar warzywny (seler), kalafior, ziemniaki, przyprawy) II danie: kurczak w sosie słodko-kwaśnym (filet z kurczaka, kapusta biała z marchewką (kapusta biała, marchew, olej , przyprawy, sok z cytryny ryż woda z miętą (woda, mięta)</p>	<p>Ciasto jogurtowe z owocami (owoce, mąka pszenna (gluten pszenicy), (jaja), masło (mleko), cukier, proszek do pieczenia) Wyrób własny</p>
<p>Środa 10.06.2026 r.</p>	<p>Pieczywo mieszane (gluten pszenicy) z masłem (mleko) serdelki z wody Bukiet warzyw: ogórek kiszony,sałata masłowa, papryka żółta, kawa z mlekiem (gluten żyta, jęczmienia)(mleko) ½ gruszki</p>	<p>Zupa: zupa ogórkowa z ziemniakami. (wywar warzywny (seler), ogórki kiszone, ziemniaki, śmietana (mleko) przyprawy) II danie: paszteciki z mięsem (łopatka wieprzowa, kapusta kiszona,mąka(gluten pszenicy), (mleko, jaja) przyprawy) Sałata lodowa z sosem vinegret (sałata lodowa, olej, miód, sok z cytryny, przyprawy) woda z cytryną (woda, cytryna)</p>	<p>Twarożek waniliowy z musem mango, (twaróg półtłusty(mleko) , cukier puder, mango) Wyrób własny</p>
<p>Czwartek 11.06.2026 r.</p>	<p>Bułka graham (gluten pszenicy, żyta) z masłem (mleko) Jajo, ser żółty,(mleko) Bukiet warzyw: sałata masłowa, papryka czerwona, pomidor koktajlowy płatki ryżowe na mleku (mleko) herbata owocowa (woda,herbata owocowa) ½ kiwi</p>	<p>Zupa: ogórkowa z ryżem (wywar warzywny (seler), ogórki kiszone, ryż brązowy, śmietana 12 % (mleko), przyprawy) II danie:gulasz wieprzowy(łopatka wieprzowa, mąka pszenna (gluten pszenicy), cebula, olej rzepakowy, przyprawy) kasza gryczano-jęczmienna ogórek kiszony(ogórek kiszony, marchew, cebula) woda z imbirem, cytryną i miętą (woda, imbir, mięta)</p>	<p>Andruty z masą kajmakową (wafle tortowe, masa kajmak) Wyrób własny</p>
<p>Piątek 12.06.2026 r.</p>	<p>Pieczywo mieszane (gluten pszenicy, żyta) z masłem (mleko) Pieczeń rzymska Bukiet warzyw: sałata masowa, papryka czerwona, pomidor koktajlowy kakao (mleko) ½ mandarynki</p>	<p>Zupa: zupa brokułowa z makaronem(wywar warzywny (seler), marchew, makaron zacierka (gluten pszenicy), śmietana 12% (mleko), przyprawy) II danie: kotlet rybny (filet z miruny, (jaja) ole rzepakowy, bułka tarta(gluten pszenicy) cebula, przyprawy), ziemniaki colesław (kapusta biała, marchew, cebula, majonez (jaja, gorczyca), przyprawy) kompot jabłkowy (woda, jabłko, cukier)</p>	<p>Kasza manna na gęsto z musem malinowym (kasza manna (gluten pszenicy) (mleko) maliny mrożone,miód naturalny) Wyrób własny</p>
<p>Poniedziałek 15.06.2026 r.</p>	<p>Pieczywo mieszane (gluten pszenicy, żyta) z masłem (mleko) kielbasa śląska duszona z cebulkę Bukiet warzyw: sałata masłowa, szczypior, papryka czerwona</p>	<p>Zupa: zupa szczawiowa z jakiem i ziemniakami(wywar warzywny (seler), marchew,szczaw konserwowy, (jajo), makaron (gluten pszenicy), śmietana 12% (mleko), przyprawy)</p>	<p>Jogurt grecki z bakaliami (bakalie, jogurt grecki, (mleko) miód naturalny) Wyrób własny</p>

	kakao (mleko) ¼ pomarańczy	II danie: bułki na parze z sosem śmietanowo-malinowym (mąka pszenna(gluten pszenicy)masło (mleko) drożdże, (jaja) maliny mrożone, jogurt naturalny). marchew z chrzanem i jogurtem naturalnym (marchew, chrzan, jogurt naturalny (mleko), przyprawy), Kompot owocowy (woda, owoce mrożone)	
Wtorek 16.06.2026 r.	Pieczyczo mieszane (gluten pszenicy, żyta) z masłem (mleko) Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami Bukiet warzyw: sałata masłowa, pomidor koktajlowy, papryka żółta zupa mleczna z płatkami jaglanymi (gluten żyta, jęczmienia), (mleko), miód naturalny) ¼ kiwi	Zupa: pomidorowa z ryżem (wywar warzywny (seler), koncentrat pomidorowy, przyprawy, ryż, śmietana (mleko), tuszka kurczaka) II danie: łazanki z kiełbasą i kapustą kiszoną (makaron łazanki (gluten pszenicy), kiełbasa śląska (soja) kapusta kiszona, cebula, olej rzepakowy, przyprawy), ziemniaki kalarepka do chrupania woda z cytryną (woda, cytryna)	Mus jabłkowo-truskawkowy (truskawki mrożone, jabłko, cukier waniliowy, jogurt naturalny (mleko)) Wyrób własny

ALERGENY POKARMOWE

1. Zboża zawierające gluten
1a) pszenica, 1b) żyto, 1c) jęczmień, 1d) owies, 1e) orkisz, 1f) kamut
2. Skorupiaki i produkty pochodne.
3. Jaja i produkty pochodne.
4. Ryby i produkty pochodne.
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne.
6. Soja i produkty pochodne.
7. Mleko i produkty pochodne.
8. Orzechy
8a) migdały, 8b) orzechy laskowe, 8c) orzechy włoskie, 8d) orzechy nerkowca, 8e) orzeszki pekan, 8f) orzechy brazylijskie, 8g) pistacje/orzechy pistacjowe, 8h) orzechy makadamia
9. Seler i produkty pochodne.
10. Gorczyca i produkty pochodne.
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne.
12. Dwutlenek siarki.
13. Łubin.
14. Mięczaki.

Jadłospis może ulec zmianie. W ciągu dnia dzieci mają nieograniczony dostęp do wody niegazowanej.

Obróbka termiczna odbywa się w piecu konwekcyjno-parowym.

Kompoty przygotowane są z owoców i mrożonek.

Słodzimy miodem i cukrem.

Smażymy na oleju rzepakowym.

Wypieki, desery, budyń, kisiel – wyrób własny.

W związku z tym, że jadłospisy planowane są na okresy 10-dniowe, nie ma możliwości wcześniejszego ustalenia składu produktów używanych do przygotowywania posiłków, np. wędliny, itp.

Produkty te zakupywane są na bieżąco, przed przygotowaniem posiłków. Informację na temat składu tych produktów i zawartych w nich alergenów znajdują się w teczce w biurze u intendenta.

Średnie porcje i gramatury posiłków:

Śniadanie: kawa zbożowa 150 ml, kakao 150 ml, zupa mleczna 200 ml, pieczywo 60g, masło 10g, wędliny 20g, ser żółty 20g, pomidor 20g, ogórek zielony 20g, papryka 20g.

Obiad: zupa 250 ml, ziemniaki 150g, mięso 60-100g, ryba 80g, surówki 60-100g, kompot 200ml, pierogi 200g, naleśniki 200g.

Deser: jogurt 150g, desery mleczne 150g, owoce 100g.