

Dzień wolny

📅 07.01.2026 Środa

Śniadanie

Zupa mleczna z makaronem

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, makaron psenny bezjajeczny

Kanapka z szynką z indyka

Składniki: chleb pszenno-żytni, szynka z indyka, masło ekstra (z mleka)

Pomidor

Herbata z melisy

Składniki: woda, cukier, herbata z melisy

Obiad

Zupa ziemniaczana

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, śmietana 18% (z mleka), kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, liść laurowy, ziele angielskie, natka pietruszki, por, sól biała, pieprz

Chleb psenny

Podwieczorek

Naleśniki na słodko

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, mąka pszenna, typ 450, olej rzepakowy, jaja kurze całe, cukier

Herbata czarna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez podkreślenie.

📅 08.01.2026 Czwartek

Śniadanie

Kasza manna na mleku

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kasza manna (pszenica)

Bułka grahamka z masłem

Składniki: bułki pszenne grahamki, masło ekstra (z mleka)

Szynka wiejska

Ogórek

Herbata rumiankowa

Składniki: woda, herbata rumiankowa, cukier

Obiad

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Kotlet schabowy

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, bułka tarta (pszenica), olej rzepakowy, jaja kurze całe

Surówka Colesław

Składniki: kapusta biała, marchew, cebula, majonez (jajka, gorczyca), śmietana 18% (z mleka), cytryna, cukier, sól biała, pieprz

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Pieczyno tostowe pszenne

Ser topiony, edamski (z mleka)

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

📅 09.01.2026 Piątek

Śniadanie

Płatki kukurydziane na mleku

Składniki: mleko krowie, 3,2% tłuszczu, płatki kukurydziane

Chałka z masłem

Składniki: chałki pszenne, masło ekstra (z mleka)

Kakao z mlekiem

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, woda, cukier, kakao 16%, proszek

Mandarynki

Obiad

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek

Filet z miruny panierowany

Składniki: miruna świeża, filety bez skóry, jaja kurze całe, olej rzepakowy, bułka tarta (pszenica), mąka pszenna, typ 450

Surówka z kapusty kiszzonej

Składniki: kapusta kiszona, cebula, olej rzepakowy, cukier, sól biała, pieprz

Woda z cytryną

Składniki: woda, cytryna

Podwieczorek

Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu (z mleka)

 12.01.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Płatki ryżowe na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, płatki ryżowe

Bułka grahamka z szynką z indyka i pomidorem

Składniki: bułki **pszenne** grahamki, pomidor, szynka z indyka, masło ekstra (z **mleka**)

Herbata miętowa z cytryną

Składniki: woda, cukier, cytryna, herbata miętowa

Obiad

Spaghetti bolognese

Składniki: wieprzowina szynka surowa, makaron **pszenny** bezjajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, cebula

Jabłko

Sok wieloowocowy

Składniki: sok wieloowocowy z owoców krajowych 100%

Podwieczorek

Gofry tradycyjne

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, cukier, proszek do pieczenia (**pszenica**)

 13.01.2026

Wtorek

Śniadanie

Kluski lane na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 500

Jajecznica

Składniki: **jaja** kurze całe, olej rzepakowy

Kabanosy z kurczaka

Pomidor

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Obiad

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek

Filet z kurczaka panierowany

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, pieprz, sól biała

Marchewka z zasmażką

Składniki: marchew mrożona- kostka, mąka **pszenna**, typ 450, masło ekstra (z **mleka**), sól biała

Kompot śliwkowy

Składniki: woda, śliwki, cukier

Podwieczorek

Bułki do hot dogów (**pszenica**)

Parówka z kurczaka 100% z keczupem

Składniki: parówka z kurczaka 100%, keczup

Woda z pomarańczą

Składniki: woda, pomarańcza

 14.01.2026

Środa

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, płatki **owsiane**

Kanapka z pieczywa graham z serem

Składniki: chleb **pszenny** graham, ser gouda tłusty (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**)

Kawa zbożowa na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

Papryka słupki

Składniki: papryka czerwona

Obiad

Fasolka po bretońsku z kielbasą i boczkiem

Składniki: woda, fasola biała, nasiona suche, kielbasa śląska, boczek wędzony bez kości, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, mąka **pszenna**, typ 450, pieprz, majeranek, olej rzepakowy, liść lauowy, ziele angielskie, sól biała

Chleb pszenno-żytni

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Owoc

Podwieczorek

Galaretka owocowa

Składniki: woda, galaretka owocowa, w proszku

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

 15.01.2026

Czwartek

Śniadanie

Płatki kukurydziane na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, płatki kukurydziane

Bułka pszenna z szynką z kurczaka

Składniki: bułki kajzerki (**pszenica**), szynka z piersi kurczaka, masło ekstra (z **mleka**)

Ogórek słupki

Składniki: ogórek

Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

Obiad

Pulpety gotowane z piersi kurczaka w sosie koperkowym, kasza jęczmienna, surówka, marchewki i jabłka

Składniki: marchew, mięso z piersi kurczaka, bez skóry, kasza **jęczmienna**, perłowa, koperek, śmietana 12% (z **mleka**), **jaja** kurze całe, cebula, mąka **pszenna**, typ 450, bułki **pszenne** zwykłe, jabłko, olej rzepakowy

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Podwieczorek

Racuchy z jabłkami

Składniki: jabłko, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, cukier puder, soda oczyszczona

Kakao z mlekiem

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, cukier, kakao 16%, proszek

 16.01.2026

Piątek

Śniadanie

Płatki jaglane na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki jaglane

Bułka paryska (angielka) (**pszenica**)

Pasta jajeczna z rzodkiewką

Składniki: **jaja** kurze całe, majonez (**jajka**, **gorczyca**), sól biała, natka pietruszki, rzodkiewka, pieprz

Pomidor

Herbata rumiankowa

Składniki: woda, cukier, herbata rumiankowa

Obiad

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek

Paluszki rybne pieczone

Składniki: paluszki **rybne** mrożone

Ananas

Surówka z marchewki z ananasem

Składniki: marchew, ananas, plastry w syropie, śmietana 18% (z **mleka**), cukier

Woda z cytryną

Składniki: woda, cytryna

Podwieczorek

Pizza z szynką i serem mozzarella, pomidorki koktajlowe

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, szynka konserwowa, pomidorki koktajlowe, ser mozzarella (z **mleka**), przecier pomidorowy, woda, drożdże piekarskie, prasowane, olej rzepakowy, cukier, przyprawa ziołowa, sól biała, czosnek