

📅 30.03.2026 **Poniedziałek**

Śniadanie

Herbata truskawkowa 200 g

Składniki: owoc truskawki, kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, naturalny aromat, liść jeżyny, owoc poziomki

Chleb jasny 25 gSkładniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier**Chleb razowy** 25 gSkładniki: mąka **pszenna**, mąka **pszenna** razowa, woda, drożdże, sól**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Twarożek z ziołami** 20 gSkładniki: ser twarogowy półtłusty (**mleko** pasteryzowane (krowie), kultury bakterii mlekowych), **mleko** krowie, 1,5 % tłuszczu, szczypiorek, tymianek, pieprz**Szynka drobiowa** 20 gSkładniki: mięso z indyka, mięso z kurczaka, ekstrakty przypraw, czosnek suszony, pieprz czarny, pieprz zielony, papryka suszona, sól, pietruszka suszona, majeranek, może zawierać **pszenica**, **soja**, **seler**, **gorczycę****Rzodkiewka** 20 g**Ogórek** 20 g**Gruszka** 100 g📅 31.03.2026 **Wtorek**

Śniadanie

Zacierka z mąki pszennej na mleku

200 g

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 450, woda, sól biała**Herbata owocowa dzika róża** 200 g

Składniki: owoc dzikiej róży, aromat naturalny

Chleb jasny 25 gSkładniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier**Chleb pszenny graham** 25 gSkładniki: mąka **pszenna** pełnoziarnista, mąka **pszenna**, woda, sól, drożdże**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Ser żółty** 20 gSkładniki: **mleko**, sól, kultury bakterii**Papryka czerwona** 20 g**Rukola** 3 g**Mandarynki** 100 g📅 01.04.2026 **Środa**

Śniadanie

Płatki kukurydziane na mleku 200

g

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane**Chleb pszenno-żytni** 50 gSkładniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, sól, drożdże**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Szynka z indyka.** 20 gSkładniki: mięso z indyka, ekstrakty przypraw, czosnek suszony, pieprz czarny, pieprz zielony, papryka suszona, sól, pietruszka suszona, majeranek, może zawierać **pszenica**, **soja**, **seler**, **gorczyca****Pomidor** 20 g**Salata** 5 g**Jabłko** 100 gAlergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.📅 02.04.2026 **Czwartek**

Śniadanie

Kakao z mlekiem 200 mlSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier**Chleb pszenno-żytni** 50 gSkładniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, sól, drożdże**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Jajko gotowane z sosem tatarskim**

70 g

Składniki: **jaja** kurze całe, sos tatarski (jogurt naturalny (**mleko**, kultury bakterii mlekowych), majonez (musztarda : woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy, woda, żółtka **jaja**), sól)**Szynka świąteczna** 20 gSkładniki: mięso wieprzowe, sól, białko **pszenne**, glukoza, cukier, ekstrakt z drożdży, przyprawy, aromat, **soja**, **seler**, **gorczyca****Paszтет wieprzowy zapiekany** 20 gSkładniki: mięso wieprzowe, wątroba wieprzowa, białko **pszenne**, marchew, **seler**, cebula, pietruszka, pieprz, gałka muszkatołowa, lubczyk, sól, może zawierać **soja**, **gorczyca****Rzodkiewka** 20 g**Rzeżucha** 3 g**Gruszka** 100 g📅 03.04.2026 **Piątek**

Śniadanie

Herbata owoce lasu 200 g

Składniki: kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, owoc aronii, owoc głogu, liść jeżyny, owoc maliny, owoc bzu czarnego, owoc jeżyny, naturalny aromat jagody

Kajzerka 50 gSkładniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Ser żółty** 20 gSkładniki: **mleko**, sól, kultury bakterii**Paprykarz wegański** 20 gSkładniki: ryż biały, gotowany, **seler** korzeniowy, papryka kolorowa, pomidor, cebula**Ogórek** 20 g**Salata** 5 g**Banan** 100 g

Obiad

Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami z majerankiem na wywarze warzywnym 250 ml

Składniki: woda, marchew, **seler** korzeniowy, ziemniaki, kapusta kiszona naturalnie (kapusta biała, olej rzepakowy tłoczony na zimno, **gorczyca**, cukier trzcinowy), pomidory w puszcze całe, cebula, koperek, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, natka pietruszki, pieprz, sól biała

Makaron z mąki durum sosem neapolitańskim z soczewicą 220 g

Składniki: makaron z mąki durum (mąka z **pszenicy** durum, **jaja**), soczewica czerwona, nasiona suche, marchew, **seler** korzeniowy, mięso mielone wieprzowe z szynki (mięso wieprzowe z szynki, sól), cebula, ser mozzarella (**mleko** pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, podpuszczka mikrobiologiczna), olej rzepakowy, czosnek, koncentrat pomidorowy, 30%, mąka **pszenna**, typ 1850

Mix sałat z kukurydzą i sosem winegret 40 g

Składniki: sałata lodowa, kapusta pekińska, kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), oliwa, rukola, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier trzcinowy, naturalna sól kamienna, przyprawy, kwas: kwas cytrynowy), miód pszczeli, ocet jabłkowy

Fasolka szparagowa z oliwą 40 g

Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, oliwa

Mięta 200 g

Składniki: woda, mięta

Podwieczorek

Koktajl malina - brzoskwinia na jogurcie z miodem 150 ml

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), brzoskwinia, maliny, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, miód pszczeli

Obiad

Krem z groszku na wywarze warzywnym z grzankami 250 ml

Składniki: woda, groszek zielony, mrożony, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, chleb **pszenny** (mąka **pszenna**, woda, sól, olej, drożdże, cukier), por, koperek, sól biała

Ryż paraboliczny z prażonymi jabłkami 220 g

Składniki: jabłko, ryż paraboliczny, cukier

Polewa waniliowo-jogurtowa 50 g

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), ekstrakt waniliowy, cynamon

Surówka z marchewki z orzechami 40 g

Składniki: marchew, olej rzepakowy, **orzechy włoskie**, cytryna

Ogórek słupek 40 g

Składniki: ogórek

Kompot jabłko - śliwka 200 ml

Składniki: kompot jabłko - śliwka

Podwieczorek

Koktajl szrekowy marchew, banan, szpinak na jogurcie 150 g

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), banan, marchew, szpinak

Obiad

Zupa krem jarzynowy zabelany na wywarze warzywnym ze słonecznikiem 250 g

Składniki: woda, ziemniaki, brokuły, mrożone, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, słonecznik, nasiona, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pierogi ruskie 6 szt 180 g

Składniki: mąka **pszenna**, ziemniaki, twaróg (**mleko**), woda, **jaja**, cebula, olej, sól, pieprz.

Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 40 g

Składniki: kapusta czerwona, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych (7,0%))

Bukiet warzyw 40 g

Składniki: brokuł, kalafior, marchew

Kompot wiśnia - agrest 200 ml

Składniki: woda, wiśnie, agrest

Podwieczorek

Jogurt owocowy 100 g

Składniki: brzoskwinia marakuja- **mleko** pasteryzowane, cukier, brzoskwinia, marakuja, naturalny aromat, barwnik karoteny, żywe kultury bakterii jogurtowych. truskawka- **mleko** pasteryzowane, cukier, truskawki, naturalny aromat, koncentraty: z marchwi i soku z buraka, zagęszczony sok cytrynowy, żywe kultury bakterii jogurtowych. jagoda - **mleko** pasteryzowane, cukier, jagody, koncentraty: z marchwi, aronii i winogron, naturalny aromat, zagęszczony sok cytrynowy, żywe kultury bakterii jogurtowych. wanilia - **mleko** pasteryzowane, cukier, naturalny aromat waniliowy, zagęszczony sok z cytryny, pokruszona laska wanilii, barwnik: karoteny, żywe kultury bakterii jogurtowych

Obiad

Żurek z zakwasu żytniego z ziemniakami i z kielbaską i koperkiem 250 ml

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kielbaska wieprzowa (mięso wieprzowe, woda, przyprawy, sól spożywcza (może zawierać **pszenica**, **soja**, **seler**, **gorczyca**)), pietruszka, korzeń, czosnek, natka pietruszki, zakwas na żurek (woda, mąka **żytnia**, czosnek, liście laurowe, ziarna ziela angielskiego), pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Schab w sosie pieczeniowym z musztardą 120 g

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, woda, olej rzepakowy, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier trzcinowy, naturalna sól kamienna, przyprawy, kwas: kwas cytrynowy), mąka **pszenna**, typ 450

Mix kasz jęczmienna perłowa i jęczmienna pęczak 100 g

Składniki: kasza **jęczmienna**, pęczak, kasza **jęczmienna**, perłowa, sól biała

Ćwikła lekko chrzanowa z oliwą 40 g

Składniki: burak, chrzan tarty (korzeń chrzanu, cukier, cytryna, woda, olej rzepakowy, sól), oliwa, cytryna

Marchewka mini z oliwą 40 g

Składniki: mini marchewki, oliwa

Kompot truskawka- porzeczka 200 ml

Składniki: woda, truskawka, porzeczka

Podwieczorek

Ciasto świąteczne. 50 g

Składniki: mąka **pszenna**, **jaja**, **mleko**, mak, cukier, margaryna roślinna

Obiad

Zupa koperkowa z ryżem na wywarze drobiowo-warzywnym 250 ml

Składniki: woda, ryż biały, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, kurczak, tuszka, por, koperek, masło ekstra (z **mleka**), sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ryba Mintaj panierowany w sezamie i bułce tartej 70 g

Składniki: **mintaj** świeży (**ryba**), olej rzepakowy, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), **sezam**, nasiona, **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 450, sól biała, pieprz

Ziemniaki 100 g

Salátka z ogórka kiszonego z olejem rzepakowym tłoczonym na zimni 40 g

Składniki: ogórek kiszony, olej rzepakowy tłoczony na zimno

Brokuły 40 g

Kompot jabłko - agrest 200 ml

Składniki: woda, jabłko, agrest

Podwieczorek

Mus owocowo-warzywny 100 g

Składniki: przecier z jabłek 90%, koncentrat z buraka 10%

📅 07.04.2026 Wtorek

Śniadanie

Herbata owocowa dzika róża-malina 200 g

Składniki: owoc maliny, owoc dzikiej róży, aromat naturalny

Chleb jasny 25 gSkładniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier**Chleb razowy** 25 gSkładniki: mąka **pszenna**, mąka **pszenna** razowa, woda, drożdże, sól**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Ser żółty** 20 gSkładniki: **mleko**, sól, kultury bakterii**Szynka wieprzowa** 20 gSkładniki: mięso wieprzowe, woda, sól, marchew suszona, rozmaryn suszony, naturalny aromat cytrynowy. produkt może zawierać **pszenica**, **soja**, **seler**, **gorczyca****Ogórek kiszony** 20 g**Rzodkiewka** 20 g**Mandarynki** 100 g

Obiad

Zupa jarzynowa z ziemniakami 250 mlSkładniki: woda, ziemniaki, kalafior, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, koperek, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Leczo z kielbaską wieprzową pieczoną, cukinią, pomidorami, marchewką z dodatkiem natki pietruszki** 120 gSkładniki: woda, kielbaska wieprzowa (mięso wieprzowe, woda, przyprawy, sól spożywcza (może zawierać **pszenica**, **soja**, **seler**, **gorczyca**)), cukinia, mrożona, pomidory w puszcze całe, marchew, mąka **pszenna**, typ 450, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, oregano suszone, bazylia suszona**Kasza bulgur (pszenica)** 100 g**Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem** 40 gSkładniki: kapusta pekińska, jogurt grecki (**mleko**, żywe kultury barterii), marchew, sól biała, pieprz**Marchewka słupki** 40 g

Składniki: marchew

Kompot jabłko - śliwka 200 ml

Składniki: kompot jabłko - śliwka

📅 08.04.2026 Środa

Śniadanie

Kawa zbożowa na mleku 180 mlSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)**Chleb jasny** 25 gSkładniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier**Chleb żytni** 25 gSkładniki: mąka **żytnia**, woda, olej rzepakowy, zakwas **żytni** - mąka **żytnia**, woda, drożdże, sól, cukier**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Paszтет drobiowo - wieprzowy****zapekany** 20 gSkładniki: mięso wieprzowe, mięso drobiowe, wątroba wieprzowa, białko **pszenne**, marchew, **seler**, cebula, pietruszka, pieprz, gałka muszkatołowa, lubczyk, sól, może zawierać **soja**, **gorczyca****Serek wiejski ze szczypiorkiem** 20 gSkładniki: serek wiejski (serek śmietankowy (z **mleka**)), sól, białka **mleka**), szczypiorek**Papryka czerwona** 20 g**Salata** 5 g**Jabłko** 100 g

Obiad

Zupa ogórkowa z koperkiem zabielaną na wywarze warzywnym 250 mlSkładniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony naturalnie (ogórki gruntowe, koper, czosnek, **gorczyca**, ziele angielskie, liść laurowy, woda, sól, cukier trzcinowy), marchew, śmietana 18% (z **mleka**), cebula, **seler** korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Gulasz wieprzowy w sosie pieczarkowo śmietanowym** 120 gSkładniki: wieprzowina łopata, pieczarki świeże, śmietana 12% (z **mleka**), cebula, groszek zielony, mąka **pszenna**, typ 450**Ryż paraboliczny** 100 g**Buraczki z cebulką natką i oliwą** 40 g

Składniki: burak, cebula, oliwa, natka pietruszki, sól biała, pieprz

Mix sałat z rukolą i oliwą 40 g

Składniki: sałata lodowa, kapusta pekińska, rukola, oliwa

Kompot wiśnia - agrest 200 ml

Składniki: woda, wiśnie, agrest

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

📅 09.04.2026 Czwartek

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 200 gSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **owsiane****Herbata truskawkowa** 200 g

Składniki: owoc truskawki, kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, naturalny aromat, liść jeżyny, owoc poziomki

Chleb jasny 25 gSkładniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier**Chleb razowy** 25 gSkładniki: mąka **pszenna**, mąka **pszenna** razowa, woda, drożdże, sól**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Schab pieczony** 20 gSkładniki: schab wieprzowy, sól, przyprawy, produkt może zawierać **gluten**, **soja**, **seler**, **gorczyca****Ogórek** 20 g**Rzodkiewka** 20 g**Gruszka** 100 g

Obiad

Zupa neapolitańska z makaronem, serem mozzarella, natką pietruszki na wywarze warzywnym 250 mlSkładniki: woda, makaron **pszenny** dwujajeczny (mąka z **pszenicy**, **jaja**), marchew, ser mozzarella (**mleko**, sól, podpuszczka, bakterie kwasu mlekowego), cebula, pietruszka, korzeń, natka pietruszki, por, **seler** korzeniowy, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Pałeczki z kurczaka pieczone w ziołach** 70 g

Składniki: podudzie z kurczaka ze skórą, zioła prowansalskie, sól biała

Ziemniaki 100 g**Colesław z białej kapusty z sosem majonezowym** 40 gSkładniki: kapusta biała, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych (7,0%)), marchew, natka pietruszki, pieprz**Bukiet warzyw (kalafior, brokuł, marchew, fasolka) polane masłem** 40 gSkładniki: kalafior, brokuły, marchew, fasolka szparagowa, mrożona, masło ekstra (z **mleka**)**Kompot truskawka- porzeczka** 200 ml

Składniki: woda, truskawka, porzeczka

📅 10.04.2026 Piątek

Śniadanie

Herbata owocowa dzika róża 200 g

Składniki: owoc dzikiej róży, aromat naturalny

Kajzerka 50 gSkładniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Pasta jaja z majonezem** 20 gSkładniki: **jaja** kurze całe, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych (7,0%))**Ser żółty** 20 gSkładniki: **mleko**, sól, kultury bakterii**Pomidor** 20 g**Salata** 5 g**Banan** 100 g

Obiad

Zupa krem brokułowo - serowy (mozzarella) z ziemniakami i natką pietruszki na wywarze warzywnym posypany słonecznikiem 250 mlSkładniki: woda, brokuły, ziemniaki, ser mozzarella (**mleko**, sól, podpuszczka, bakterie kwasu mlekowego), marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), słonecznik, nasiona, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony**Ryba Mintaj panierowany w sezamie i bułce tartej** 70 gSkładniki: **mintaj** świeży (**ryba**), olej rzepakowy, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), **sezam**, nasiona, **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 450, sól biała, pieprz**Ziemniaki puree** 100 gSkładniki: ziemniaki, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, masło ekstra (z **mleka**), sól biała**Surówka z kapusty kiszonej z papryką** 40 gSkładniki: kapusta kiszona naturalnie (kapusta biała, olej rzepakowy tłoczony na zimno, **gorczyca**, cukier trzcinowy), cebula, papryka czerwona, olej rzepakowy, sól biała, pieprz**Kalafior** 40 g**Kompot jabłko - agrest** 200 ml

Składniki: woda, jabłko, agrest

Podwieczorek

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 140 g

Składniki: **mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii

Płatki wielozbożowe czekoladowe

kulki o obniżonej zaw. cukru 10 g

Składniki: mąka (72%): **pszenna, pszenna** pełnoziarnista (25%), kukurydziana; sól **jęczmienny**, kakao (5,0%), olej słonecznikowy, kakao o obniżonej zawartości tłuszczu (1,4%), sól, emulgator: lecytyny (z rzepaku); cukier, aromaty, substancje wzbogacające: niacyna, witamina b6, tiamina, witamina d

Podwieczorek

Chałka z miodem naturalnym 60 g

Składniki: chałki **pszenne** (mąka **pszenna, jaja**, cukier, drożdże, woda, sól), miód pszczeli

Podwieczorek

Budyń czekoladowy 145 g

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, kakao 16%, proszek, masło ekstra (z **mleka**), cukier z prawdziwą wanilią (cukier puder, wanilia w proszku (2,5 %), ekstrakt z wanilii (2%).)

Sos malinowy 5 g

Składniki: maliny, mrożone, cukier, cytryna

Podwieczorek

Deser brzoskwiniowa chmurka na biszkopcie pszennym 150 g

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), biszkopcy (mąka **pszenna**, cukier, **jaja**, woda, skrobia ziemniaczana, skrobia **pszenna, mleko**, substancje spulchniające: węglany sodu, sól, barwnik: karoteny), brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy)

📅 13.04.2026 **Poniedziałek**

Śniadanie

Herbata truskawkowa 200 g

Składniki: owoc truskawki, kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, naturalny aromat, liść jeżyny, owoc poziomki

Chleb jasny 25 gSkładniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier**Chleb razowy** 25 gSkładniki: mąka **pszenna**, mąka **pszenna** razowa, woda, drożdże, sól**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Gzik z rzodkiewką i szczypiorkiem**

20 g

Składniki: ser twarogowy półtłusty (**mleko** pasteryzowane (krowie), kultury bakterii mlekowych), rzodkiewka, śmietana 12% (z **mleka**), szczypiorek**Szynka drobiowa** 20 gSkładniki: mięso z indyka, mięso z kurczaka, ekstrakty przypraw, czosnek suszony, pieprz czarny, pieprz zielony, papryka suszona, sól, pietruszka suszona, majeranek, może zawierać **pszenica**, **soja**, **seler**, **gorczycę****Ogórek kiszony** 20 g**Papryka czerwona** 20 g**Gruszka** 100 g📅 14.04.2026 **Wtorek**

Śniadanie

Kociołek mix płatków żytnich i jęczmiennych na mleku 200 gSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **jęczmienne**, płatki **żytnie****Herbata owocowa dzika róża** 200 g

Składniki: owoc dzikiej róży, aromat naturalny

Chleb jasny 25 gSkładniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier**Chleb pszenny graham** 25 gSkładniki: mąka **pszenna** pełnoziarnista, mąka **pszenna**, woda, sól, drożdże**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Ser żółty** 20 gSkładniki: **mleko**, sól, kultury bakterii**Rzodkiewka** 20 g**Sałata** 5 g**Mandarynki** 100 g📅 15.04.2026 **Środa**

Śniadanie

Kakao z mlekiem 200 mlSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier**Chleb jasny** 25 gSkładniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier**Chleb wieloziarnisty** 25 gSkładniki: mąka razowa **pszenna**, razowe płatki **owsiane**, razowa mąka **pszenna**, razowa mąka **owsiana**, razowa mąka **jęczmienna**, słonecznik, siemię lniane, **sezam**, drożdże, sól, lecytyna słonecznikowa**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Parówka drobiowa** 20 gSkładniki: mięso z indyka, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza, woda- produkt może zawierać soję, **seler**, **gorczycę****Serek tosza z ogórkiem** 20 gSkładniki: ser twarogowy półtłusty (**mleko** pasteryzowane (krowie), kultury bakterii mlekowych), ogórek**Papryka czerwona** 20 g**Sos pomidorowy** 20 g

Składniki: woda, koncentrat pomidorowy, 30%, pieprz, sól biała, zioła prowansalskie

Ogórek kiszony naturalnie 20 gSkładniki: ogórki gruntowe, koper, czosnek, **gorczyca**, ziele angielskie, liść laurowy, woda, sól, cukier trzcinowy**Jabłko** 100 gAlergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.📅 16.04.2026 **Czwartek**

Śniadanie

Kasza jaglana na mleku 200 gSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kasza jaglana**Herbata malinowa** 200 g

Składniki: owoc maliny, kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, aromat naturalny

Chleb pszemno-żytni 50 gSkładniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, sól, drożdże**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Schab pieczony** 20 gSkładniki: schab wieprzowy, sól, przyprawy, produkt może zawierać **gluten**, **soja**, **seler**, **gorczycę****Rukola** 3 g**Pomidor** 20 g**Gruszka** 100 g📅 17.04.2026 **Piątek**

Śniadanie

Herbata owoce lasu 200 g

Składniki: kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, owoc aronii, owoc głogu, liść jeżyny, owoc maliny, owoc bzu czarnego, owoc jeżyny, naturalny aromat jagody

Kajzerka 50 gSkładniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Pasta z jaja i tuńczyka z majonezem i koperkiem** 20 gSkładniki: **jaja** kurze całe, **tuńczyk** w sosie własnym (**ryba**), majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych (7,0%)), koperek, sól biała, pieprz**Ser żółty Gouda** 20 gSkładniki: **mleko**, sól, kultury bakterii**Sałata** 5 g**Ogórek** 20 g**Banan** 100 g

Obiad

Zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem 250 ml

Składniki: woda, ziemniaki, szczaw konserwowy (szczaw, sól), **jaja** kurze całe, marchew, śmietana 12% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pulpeciki wieprzowo-wołowe z dodatkiem soi w sosie śmietanowo-ziołowym 4szt/ 50g 120 g

Składniki: woda, mięso mielone wieprzowo- wołowe (mięso wieprzowe 55%, mięso wołowe 45%), koperek, śmietana 12% (z **mleka**), cebula, bułki **pszenne** zwykle (mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier), zioła prowansalskie, skrobia ziemniaczana, czosnek, białko **sojowe**, błonnik **sojowy**, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ryż paraboliczny 100 g

Surówka z białej kapusty z oliwą 40 g

Składniki: kapusta biała, koperek, oliwa

Marchewka z groszkiem i oliwą 40 g

Składniki: marchew z groszkiem, mrożona (marchew 60%, groch zielony 40%), oliwa

Mięta 200 g

Składniki: woda, mięta

Kuchnia w domu

Kuchnia w domu

Kuchnia w domu

Koktajl borówkowy z chia na jogurcie 150 ml

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), borówki, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, chia, nasiona (szałwia hiszpańska)

Obiad

Krupnik z kaszą pęczak 250 ml

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kasza **jęczmienna**, pęczak, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Paluszki rybne z mintaja 3 szt 70 g

Składniki: **ryby** morskie 86% (**mintaj**), mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cebula, mąka ryżowa, płatki ziemniaczane, sól, przyprawy, drożdże (**pszenica**, **ryba**)

Ziemniaki puree 100 g

Składniki: ziemniaki, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, masło ekstra (z **mleka**), sól biała

Colesław z kapusty białej i czerwonej 40 g

Składniki: kapusta biała, kapusta czerwona, cebula, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtkajaj kurzych (7,0%)), natka pietruszki, chrzan, chrzan tarty (korzeń chrzanu, cukier, cytryna, woda, olej rzepakowy, sól), sól biała, pieprz

Fasolka szparagowa z masłem i bułką pszenną tartą 40 g

Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), masło ekstra (z **mleka**)

Kompot jabłko - śliwka 200 ml

Składniki: kompot jabłko - śliwka

Kuchnia w domu

Kuchnia w domu

Kuchnia w domu

Kisiel z owoców leśnych własnego wyrobu 150 g

Składniki: woda, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, czarne jagody, mrożone, cukier, skrobia ziemniaczana

Chrupki kukurydziane 5 g

Składniki: mąka kukurydziana, woda

Obiad

Zupa krem ziemniaczano-serowy (mozarella, ser żółty) z natką pietruszki na wywarze warzywnym posypany pestkami dyni 250 ml

Składniki: ziemniaki, woda, ser mozzarella (**mleko**, sól, podpuszczka, bakterie kwasu mlekowego), marchew, ser żółty (**mleko**, sól, kultury bakterii), śmietana 18% (z **mleka**), dynia, pestki, łuskane, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, natka pietruszki, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Makaron penne z indykiem, pesto bazyliowym i brokułem 220 g

Składniki: mięso z podudzia indyka, bez skóry, makaron z mąki durum (mąka z **pszenicy** durum, **jaja**), brokuły, mrożone, cebula, mąka **pszenna**, typ 450, pesto (**mleko**, **orzechy**), olej rzepakowy

Mix sałat z kukurydzą, zielonym groszkiem, prażonym słonecznikiem i oliwą 40 g

Składniki: sałata lodowa, kapusta pekińska, kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), oliwa, groszek zielony, konserwowy, bez zalewy (groszek zielony, woda, sól), rukola, słonecznik, nasiona

Marchewka mini z oliwą 40 g

Składniki: mini marchewki, oliwa

Kompot wiśnia - agrest 200 ml

Składniki: woda, wiśnie, agrest

Podwieczorek

Babeczka z Torcikowej Chatki z porzeczką - wyrób domowy 1 szt. 50 g

Składniki: mąka **pszenna**, cukier, proszek do pieczenia [wodorowęglan sodu], **mleko**, **jaja**, olej, porzeczką czerwona

Obiad

Domowy rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem nitki z mąki durum z lubczykiem 250 g

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, makaron z mąki durum (mąka z **pszenicy** durum, **jaja**), **seler** korzeniowy, udo z kurczaka, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kotlet drobiowo - wieprzowy mielony 70 g

Składniki: udko trybowane bez skóry, wieprzowina łopatka, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, cebula, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), bułki **pszenne** zwykle (mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier)

Ziemniaki 100 g

Surówka z marchewki selera ze śmietaną 40 g

Składniki: marchew, **seler** korzeniowy, śmietana 12% (z **mleka**)

Bukiet warzyw 40 g

Składniki: brokuł, kalafior, marchew

Kompot truskawka- porzeczka 200 ml

Składniki: woda, truskawka, porzeczka

Kuchnia w domu

Kuchnia w domu

Kuchnia w domu

Deser ptasie mleczko z jogurtem 150 g

Składniki: woda, galaretka owocowa, w proszku (cukier, żelatyna, kwas cytrynowy, aromat naturalny, barwniki naturalne), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii)

Obiad

Zupa grochowa z kielbaską wieprzową z ziemniakami, natką pietruszki i majerankiem 250 ml

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kielbaska wieprzowa (mięso wieprzowe, woda, przyprawy, sól spożywcza (może zawierać **pszenica**, **soja**, **seler**, **gorczyca**)), groch, nasiona suche, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek

Pierogi ruskie 6 szt 180 g

Składniki: mąka **pszenna**, ziemniaki, twaróg (**mleko**), woda, **jaja**, cebula, olej, sól, pieprz.

Omasta z cebulą 5 g

Składniki: cebula, olej rzepakowy

Surówka z buraczków z cebulką 40 g

Składniki: burak, cebula, cytryna, olej rzepakowy

Surówka z kapusty pekińskiej z rzodkiewką z jogurtem 40 g

Składniki: kapusta pekińska, rzodkiewka, jogurt grecki (**mleko**, żywe kultury barterii), sól biała, pieprz

Kompot jabłko - agrest 200 ml

Składniki: woda, jabłko, agrest

Kuchnia w domu

Kuchnia w domu

Kuchnia w domu

Podwieczorek

Kukurydza, kolby 50 g

Kuchnia w domu

Kuchnia w domu

Kuchnia w domu