

📅 04.05.2026 **Poniedziałek**

Śniadanie

Herbata malinowa 200 g

Składniki: owoc maliny, kwiat hibiskusa, 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**Serek toska ze szczypiorkiem** 20 gSkładniki: ser biały, **mleko**, sól, pieprz, szczypiorek**Szynka wieprzowa** 20 gSkładniki: mięso wieprzowe, woda, sól, marchew suszona, rozmaryn suszony, naturalny aromat cytrynowy. produkt może zawierać **pszenica**, **soja**, **seler**, **gorczycę****Ogórek kiszony** 20 g**Rzodkiewka** 20 g**Jabłko** 100 g📅 05.05.2026 **Wtorek**

Śniadanie

Płatki jęczmienne na mleku 200 gSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **jęczmienne****Herbata owocowa dzika róża** 200 g

Składniki: owoc dzikiej róży, aromat naturalny

Chleb pszenno-żytni 50 gSkładniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, sól, drożdże**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Polędwica Drobiowa.** 20 gSkładniki: mięso z piersi kurczaka, sól, białko **pszenne**, ekstrakty drożdży i przyprawy, aromat. produkt może zawierać **soja**, **seler**, **gorczyca****Papryka czerwona** 20 g**Sałata** 5 g**Banan** 100 g📅 06.05.2026 **Środa**

Śniadanie

Kawa zbożowa na mleku 200 mlSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)**Chleb jasny** 25 gSkładniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier**Chleb pszenno-graham** 25 gSkładniki: mąka **pszenna** pełnoziarnista, mąka **pszenna**, woda, sól, drożdże**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Pasta brokułowa ze słonecznikiem**

20 g

Składniki: brokuły, słonecznik, nasiona, oliwa

Ser żółty 20 gSkładniki: **mleko**, sól, kultury bakterii**Rzodkiewka** 20 g**Pomidor** 20 g**Arbuz** 100 gAlergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.📅 07.05.2026 **Czwartek**

Śniadanie

Makaron na mleku 200 gSkładniki: **mleko** krowie, 1,5 % tłuszczu, makaron bezglutenowy z semoliny (semolina z **pszenicy** twardej)**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

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**Szynka wieprzowa** 20 gSkładniki: mięso wieprzowe, woda, sól, marchew suszona, rozmaryn suszony, naturalny aromat cytrynowy. produkt może zawierać **pszenica**, **soja**, **seler**, **gorczycę****Ogórek** 20 g**Rukola** 3 g**Gruszka** 100 g📅 08.05.2026 **Piątek**

Śniadanie

Herbata truskawkowa 200 g

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

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**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%))**Pomidor** 20 g**Sałata** 5 g**Pomarańcza** 100 g

Obiad

Krem z pomidorów z grzankami pełnoziarnistymi 250 ml

Składniki: woda, pomidory w puszce całe, chleb **pszenny** graham (mąka **pszenna** pełnoziarnista, mąka **pszenna**, woda, sól, drożdże), marchew, koncentrat pomidorowy, 30%, pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, mleczko kokosowe (ekstrakt z mleczka kokosowego 80%, woda), natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kurczak w kawałkach w sosie śmietanowo-ziołowym zagęszczony mąką pszenną 120 g

Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry, woda, śmietana 12% (z **mleka**), zioła prowansalskie, mąka **pszenna**, typ 450, sól biała, pieprz

Makaron z mąki durum 100 g

Składniki: mąka z **pszenicy** durum, **jaja**

Mix sałat w sosie winegret 40 g

Składniki: kapusta pekińska, sałata lodowa, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier trzcinowy, naturalna sól kamienna, przyprawy, kwas: kwas cytrynowy), olej rzepakowy, cukier, rukola, pieprz

Bukiet warzyw (kalafior, brokuł, marchew, fasolka) polane masłem 40 g

Składniki: kalafior, brokuły, marchew, fasolka szparagowa, mrożona, masło ekstra (z **mleka**)

Mięta 200 g

Składniki: woda, mięta

Podwieczorek

Jogurt naturalny z owocami suszonymi: truskawki, rodzynki, suszony banan 150 g

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), truskawki, rodzynki, suszone, banany, suszone

Obiad

Zupa kapuśniak z kapusty mieszanej z ziemniakami na wywarze warzywnym z natką pietruszki 250 ml

Składniki: woda, cebula, kapusta biała, koperek, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, ziemniaki, kapusta kiszona (kapusta biała 97%, marchew, sól), liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka pietruszki, sól biała

Pulpeciki z kurczaka z dodatkiem soi w sosie pieczeniowym 4szt/ 50g 120 g

Składniki: woda, udko trybowane bez skóry, koperek, cebula, bułki **pszenne** zwykłe (mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier), skrobia ziemniaczana, czosnek, białko **sojowe**, błonnik **sojowy**, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana 100 g

Buraczki z oliwą 40 g

Składniki: burak, olej rzepakowy, sól biała, pieprz

Surówka z selera i jabłka z majonezem 40 g

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

Kompot jabłko - śliwka 200 ml

Składniki: kompot jabłko - śliwka

Podwieczorek

Chałka z twarożkiem na słodko 50 g

Składniki: chałki **pszenne** (mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, drożdże, woda, sól), serek śmietankowy (serek śmietankowy (z **mleka**), sól), ekstrakt waniliowy, cukier z prawdziwą wanilią (cukier puder, wanilia w proszku (2,5 %), ekstrakt z wanilii (2%).)

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

Kotlet schabowy panierowany klasycznie w bułce tartej 70 g

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), sól biała, pieprz

Ziemniaki 100 g

Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 40 g

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

Kalafior na parze z masłem i bułką tartą 40 g

Składniki: kalafior, masło ekstra (z **mleka**), bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), sól biała

Kompot wiśnia - agrest 200 ml

Składniki: woda, wiśnie, agrest

Podwieczorek

Kisiel wiśniowy 150 g

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, skrobia ziemniaczana, cukier

Chrupki kukurydziane 5 g

Składniki: mąka kukurydziana, woda

Obiad

Barszcz ukraiński z ziemniakami 250 ml

Składniki: woda, ziemniaki, burak, **seler** korzeniowy, marchew, fasola biała, nasiona suche, śmietana 12% (z **mleka**), koncentrat barszczu czerwonego (zagęszczony sok z buraków ćwikłowych (57%), woda, cukier, sól, kwas cytrynowy, warzywa i ekstrakty warzywne (zawierają**seler**), przyprawy i ekstrakty przypraw), sól biała, pieprz, majeranek

Pampuchy na parze z nadzieniem orzechowo-kakaowym 2 szt 120 g

Składniki: ziemniaki, nadzienie: [cukier, tłuszcze roślinne (rzepakowy), kakao o obniżonej zawartości tłuszczu, skrobia **pszenna**, mąka **sojowa**, serwatka w proszku (z **mleka**), emulgator: lecytyny z **soja** , aromaty (zawierają **orzechy**)], mąka **pszenna**, skrobia ziemniaczana, **jaja**

Polewa jogurtowa 50 g

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

Surówka z marchewki z anansem 40 g

Składniki: marchew, ananas, plastry w syropie (ananasy, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy)

Papryka słupki 40 g

Składniki: papryka czerwona

Kompot truskawka- porzeczkza 200 ml

Składniki: woda, truskawka, porzeczkza

Podwieczorek

Kukurydza, kolby 100 g

Obiad

Zupa neapolitańska z ziemniakami 250 ml

Składniki: woda, ziemniaki, ser mozzarella (**mleko**, sól, podpuszczka, bakterie kwasu mlekowego), marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, natka pietruszki, por, 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

Surówka z ogórka kiszzonego z oliwą 40 g

Składniki: ogórek kiszony naturalnie (ogórki gruntowe, koper, czosnek, **gorczyca**, ziele angielskie, liść laurowy, woda, sól, cukier trzcinowy), oliwa

Marchewka z groszkiem i oliwą 40 g

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

Kompot jabłko - agrest 200 ml

Składniki: woda, jabłko, agrest

Podwieczorek

Deser na kremowym serku z musem mango na biszkopcie 150 g

Składniki: ser twarogowy półtłusty (**mleko** pasteryzowane (krowie), kultury bakterii mlekowych), mango, biszkopty (mąka **pszenna**, cukier, **jaja**, woda, skrobia ziemniaczana, skrobia **pszenna**, **mleko**, substancje spulchniające: węglany sodu, sól, barwnik: karoteny)

📅 11.05.2026 **Poniedziałek****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 pszenny graham** 25 gSkładniki: mąka **pszenna** pełnoziarnista, mąka **pszenna**, woda, sól, drożdże**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Gzik** 20 gSkładniki: twaróg (z **mleka**), jogurt naturalny (z **mleka**)**Dżem truskawkowy, niskosłodzony** 20 g

Składniki: truskawki, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, regulator kwasowości: kwas cytrynowy

Ogórek kiszony 20 g**Sałata** 5 g**Jabłko** 100 g**Obiad****Zupa kalafiorowa** 250 mlSkładniki: woda, kalafior, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Makaron z mąki durum z mięsem
wieprzowym sosem bolognese** 220 gSkładniki: makaron z mąki durum (mąka z **pszenicy** durum, **jaja**), wieprzowina łopatka, marchew, **seler** korzeniowy, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, soczewica czerwona, nasiona suche, czosnek, olej rzepakowy, oliwa, mąka **pszenna**, typ 450**Surówka z białej kapusty z oliwą** 40 g

Składniki: kapusta biała, oliwa

Brokuły 40 g**Mięta** 200 g

Składniki: woda, mięta

📅 12.05.2026 **Wtorek****Śniadanie****Ryż na mleku** 200 gSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, ryż biały**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

Chleb pszenno-żytni 50 gSkładniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, sól, drożdże**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Ser żółty** 20 gSkładniki: **mleko**, sól, kultury bakterii**Pomidor** 20 g**Papryka czerwona** 20 g**Mandarynki** 100 g**Obiad****Krem z dyni** 250 mlSkładniki: dynia, woda, pomidory w puszcze krojone, kasza jaglana, **seler** korzeniowy, cebula, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, kurkuma, imbir suszony mielony**Nugetsy z kurczaka panierowane w
bułce tartej 2 szt** 70 gSkładniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), **jaja** kurze całe, mąka kukurydziana, mąka **pszenna**, typ 450, sól biała, pieprz**Ziemniaki** 100 g**Bukiet warzyw (kalafior, brokuł,
marchew, fasolka) polane masłem** 40 gSkładniki: kalafior, brokuły, marchew, fasolka szparagowa, mrożona, masło ekstra (z **mleka**)**Surówka z czerwonej kapusty z
natką pietruszki i oliwą** 40 g

Składniki: kapusta czerwona, natka pietruszki, oliwa

Kompot jabłko - śliwka 200 ml

Składniki: kompot jabłko - śliwka

📅 13.05.2026 **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 razowy** 25 gSkładniki: mąka **pszenna**, mąka **pszenna** razowa, woda, drożdże, sól**Masło ekstra (z mleka)** 10 g**Szynka wieprzowa** 20 gSkładniki: mięso wieprzowe, woda, sól, marchew suszona, rozmaryn suszony, naturalny aromat cytrynowy. produkt może zawierać **pszenica**, **soja**, **seler**, **gorczycę****Serek wiejski ze szczypiorkiem** 20 gSkładniki: serek wiejski (serek śmietankowy (z **mleka**), sól, białka **mleka**), szczypiorek**Ogórek kiszony** 20 g**Sałata** 5 g**Melon** 100 g**Obiad****Zupa grochowa z kielbaską
wieprzową z ziemniakami, natką
pietruszki i majerankiem** 250 mlSkładniki: 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**Racuchy z jabłkiem z mąki pszennej** 120 gSkładniki: mąka **pszenna**, **mleko**, jabłko prażone (jabłko, cukier, skrobia ziemniaczana), drożdże, **jaja**, cukier, sól.**Polewa bananowo - porzeczkowa
na jogurcie** 50 gSkładniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), banan, porzeczki czarne**Surówka z marchewki z gruszką** 40 g

Składniki: marchew, gruszka

Kalarepa słupki 40 g

Składniki: kalarepa

Kompot wiśnia - agrest 200 ml

Składniki: woda, wiśnie, agrest

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.📅 14.05.2026 **Czwartek****Śniadanie****Płatki owsiane na mleku** 200 gSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **owsiane****Herbata malinowa** 200 g

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

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**Chleb jasny** 25 gSkładniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier**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****Rzodkiewka** 20 g**Pomidor** 20 g**Gruszka** 100 g**Obiad****Domowy rosół na wywarze
drobiowo-warzywnym z
makaronem nitki z mąki durum z
lubczykiem** 250 gSkładniki: 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**Kaszotto z kaszy bulgur z
wieprzowiną i kolorowymi
warzywami: brokułami,
marchewką, kukurydzą i
włoszczyzną** 220 gSkładniki: kasza bulgur (**pszenica**), wieprzowina łopatka, brokuły, marchew, kukurydza, ziarno, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, cebula, olej rzepakowy**Mix sałat ze słonecznikiem z oliwą** 40 g

Składniki: sałata lodowa, kapusta pekińska, słonecznik, nasiona, oliwa, rukola

**Fasolka szparagowa z masłem i
bułką pszenną tartą** 40 gSkładniki: fasolka szparagowa, mrożona, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), masło ekstra (z **mleka**)**Kompot truskawka- porzeczka** 200 ml

Składniki: woda, truskawka, porzeczka

📅 15.05.2026 **Piątek****Śniadanie****Herbata truskawkowa** 200 g

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

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**Pasta z pieczonej marchewki z
sezamem** 20 gSkładniki: marchew, **sezam**, nasiona**Papryka czerwona** 20 g**Ogórek** 20 g**Banan** 100 g**Obiad****Zupa pomidorowa z ryżem** 250 mlSkładniki: woda, passata pomidorowa (przecier pomidorowy, sól), marchew, ryż paraboliczny, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Paluszki rybne z mintaja 3 szt** 70 gSkładniki: **ryby** morskie 86% (**mintaj**), mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cebula, mąka ryżowa, płatki ziemniaczane, sól, przyprawy, drożdże (**pszenica**, **ryba**)**Ziemniaki puree** 100 gSkładniki: ziemniaki, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, masło ekstra (z **mleka**), sól biała**Surówka z kapusty kiszzonej z
żurawiną i oliwą** 40 g

Składniki: kapusta kiszona (kapusta biała 97%, marchew, sól), oliwa, żurawina suszona (żurawina 100%)

**Bukiet warzyw (kalafior, brokuł,
marchew, fasolka) polane masłem** 40 gSkładniki: kalafior, brokuły, marchew, fasolka szparagowa, mrożona, masło ekstra (z **mleka**)**Kompot jabłko - agrest** 200 ml

Składniki: woda, jabłko, agrest

Podwieczorek

Koktajl "Snickers" na jogurcie naturalnym z masłem orzechowym, kakao i bananem 150 g

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), banan, masło **orzechowe** 100% (**orzechy arachidowe** 100% (**orzechy ziemne**)), kakao 16%, proszek

Podwieczorek

Galaretka malinowa 150 g

Składniki: woda, maliny, miód pszczeli, żelatyna

Podwieczorek

Koktajl szrekowy marchew, banan, szpinak na jogurcie 150 g

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

Podwieczorek

Kremowy biały serek z truskawkami 150 g

Składniki: ser twarogowy półtłusty (**mleko** pasteryzowane (krowie), kultury bakterii mlekowych), truskawki, cukier

Podwieczorek

Brioszka **pszenna** z twarogiem 50 g

Składniki: mąka **pszenna***, woda, cukier, twaróg [ser twarogowy chudy z **mleka** (cukier, sól, regulator kwasowości: kwasek cytrynowy, barwnik: karoteny, aromat waniliowy], olej rzepakowy, drożdże, **jaja** kurcze*, sól