



15.06.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Herbata owocowa dzika róża-malina 200 g

Składniki: owoc maliny, owoc dzikiej róży, aromat naturalny

Chleb pszenny 25 g

Składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, olej, drożdże, cukier

Chleb razowy 25 g

Składniki: mąka **pszenna**, mąka **pszenna** razowa, woda, drożdże, sól

Masło ekstra (z mleka) 10 g

Masło orzechowe 100% 10 g

Składniki: **orzechy arachidowe** 100% (**orzechy ziemne**)

Serek śmietankowy 20 g

Składniki: serek śmietankowy (z **mleka**), sól

Papryka czerwona 20 g

Salata 5 g

Jabłko 100 g



16.06.2026

Wtorek

Śniadanie

Płatki kukurydziane na mleku 200 g

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

Herbata truskawkowa 200 g

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

Chleb pszenno-żytni 50 g

Składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, sól, drożdże

Masło ekstra (z mleka) 10 g

Szynka wieprzowa 20 g

Składniki: mięso wieprzowe, woda, sól, marchew suszona, rozmaryn suszony, naturalny aromat cytrynowy. produkt może zawierać **pszenica**, **soja**, **seler**, **gorczycę**

Pomidor 20 g

Ogórek kiszony naturalnie 20 g

Składniki: ogórki gruntowe, koper, czosnek, **gorczyca**, ziele angielskie, liść laurowy, woda, sól, cukier trzcinowy

Banan 100 g



17.06.2026

Środa

Śniadanie

Płatki zbożowe na mleku 200 g

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki zbożowe (pełnoziarniste płatki **owsiane**, mąka **jęczmienna**, kukurydziana; grys kukurydziany, cukier trzcinowy, melasa trzcinowa, sól morsa, aromat, emulgator: lecytyny (z **sol**))

Herbata malinowa 200 g

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

Chleb jasny 25 g

Składniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier

Chleb pszenny graham 25 g

Składniki: mąka **pszenna** pełnoziarnista, mąka **pszenna**, woda, sól, drożdże

Masło ekstra (z mleka) 10 g

Szynka drobiowa 20 g

Składniki: 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 15 g

Ogórek 20 g

Melon 100 g

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



18.06.2026

Czwartek

Śniadanie

Kakao z mlekiem 200 ml

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

Chleb jasny 25 g

Składniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier

Chleb wieloziarnisty 25 g

Składniki: 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

Schab pieczony 20 g

Składniki: schab wieprzowy, sól, przyprawy, produkt może zawierać **gluten**, **soja**, **seler**, **gorczycę**

Pasta z kurczaka z włoszczyzną 20 g

Składniki: polędwica z piersi kurczaka, marchew, **seler** naciowy, pietruszka, korzeń, oliwa

Papryka czerwona 20 g

Mandarynki 100 g



19.06.2026

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 g

Składniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier

Masło ekstra (z mleka) 10 g

Ser żółty 20 g

Składniki: **mleko**, sól, kultury bakterii

Pasta jajeczna z majonezem 20 g

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

Salata 5 g

Ogórek 20 g

Arbuz 100 g



Obiad

Zupa ogórkowa z ziemniakami 250 ml

Składniki: ziemniaki, ogórek kiszony (ogórki 67%, woda, przyprawy w zmiennych proporcjach: czosnek, koper, chrzan, sól), marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie

Butter chicken w sosie pomidorowo-maślanym z mlekiem kokosowym 120 g

Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry, ryż paraboliczny, cebula, kalafior, mrożony, soczewica czerwona, nasiona suche, papryka czerwona, mrożona, koncentrat pomidorowy, 30%, mleczko kokosowe (ekstrakt z mleczka kokosowego 80%, woda), masło ekstra (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, sól biała

Ryż paraboliczny 100 g

Surówka z kapusty pekińskiej z

kukurydzą i oliwą 40 g

Składniki: kapusta pekińska, kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), oliwa

Bukiet warzyw 40 g

Składniki: brokuł, kalafior, marchew

Mięta 200 g

Składniki: woda, mięta

Podwieczorek

Koktajl bananowy z kawałkami czekolady na jogurcie 150 ml

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

Obiad

Rosół z kurczaka z makaronem 250 g

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, udo z kurczaka, **seler** korzeniowy, makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** zwyczajnej), por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie

Pierogi ruskie 6 szt z cebulką prażoną i masłem 220 g

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

Buraczki z olejem 40 g

Składniki: burak, olej słonecznikowy, sól biała, pieprz

Surówka z pora, marchewki i jabłka z majonezem 100 g

Składniki: jabłko, por, marchew, 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

Deser ananasowa chmurka na jogurcie posypana wiórkami kokosowymi 150 g

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), ananas, wiórki kokosowe (kokos (może zawierać **orzechy**))

Obiad

Zupa minestrone z kaszą bulgur i pomidorami na wywarze warzywnym 250 ml

Składniki: woda, pomidor, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, kasza bulgur (**pszenica**), **seler** korzeniowy, por, cebula, czosnek, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie

Udko z kurczaka pieczone w ziołach 70 g

Składniki: udo z kurczaka, olej rzepakowy, bazylia suszona, tymianek, rozmaryn suszony

Ziemniaki 100 g

Surówka z kapusty kiszonej z

marchewką 40 g

Składniki: kapusta kiszona (kapusta biała 97%, marchew, sól), marchew, olej rzepakowy, cukier

Brokuły 40 g

Kompot wiśnia - agrest 200 ml

Składniki: woda, wiśnie, agrest

Podwieczorek

Muffinki mleczne z jabłkiem z Torcikowej Chatki - wyrób domowy 35 g

Składniki: jabłko, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 500, płatki **owsiane**, cukier trzcinowy, soda oczyszczona, cynamon

Obiad

Zupa krem jarzynowy z ciecierzycą i grzankami 250 ml

Składniki: woda, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, ciecierzycza konserwowa, **seler** korzeniowy, por, chleb **pszенno-żytni** (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, naturalny wysuszony zakwas **żytni**, sól), natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie

Makaron z mąki durum z serem 180 g

Składniki: ser twarogowy półtłusty (**mleko** pasteryzowane (krowie), kultury bakterii mlekowych), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** zwyczajnej), cukier

Polewa jogurtowo-truskawkowa 50 g

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

Surówka z marchewki i brzoskwini 40 g

Składniki: marchew, brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy)

Kalarepa słupki 40 g

Składniki: kalarepa

Kompot truskawka- porzeczka 200 ml

Składniki: woda, truskawka, porzeczka

Podwieczorek

Koktajl mango, szpinak, banan na jogurcie 150 ml

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

Obiad

Zupa botwinkowa z ziemniakami 250 ml

Składniki: woda, botwinka, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), por, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy

Paluszki rybne z mintaja 120 g

Składniki: **ryby** morskie 36% (**mintaj**), mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cebula, mąka ryżowa, płatki ziemniaczane, błonnik **pszenny**, sól, przyprawy, drożdże

Ziemniaki 100 g

Colesław z kapusty czerwonej 40 g

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

Brukselka z bułką tartą i masłem 40 g

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

Kompot jabłko - agrest 200 ml

Składniki: woda, jabłko, agrest

Podwieczorek

Deser panna cotta z borówkami 150 g

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, śmietana 12% (z **mleka**), borówki, żelatyna

📅 22.06.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Herbata truskawkowa 200 g

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

Chleb jasny 25 g

Składniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier

Chleb razowy 25 g

Składniki: mąka **pszenna**, mąka **pszenna** razowa, woda, drożdże, sól

Masło ekstra (z mleka) 10 g

Pasztet zapiekany 20 g

Składniki: mięso wieprzowe, wątroba wieprzowa, marchew, **seler**, cebula, pietruszka, pieprz, mąka **pszenna** - **gluten pszenny**, gałka muskatołowa, lubczyk, sól, produkt może zawierać **soja**, **seler**, **gorczyca**

Serek biały 20 g

Składniki: **mleko**, żywe kultury bakterii, serwatka z **mleka**

Ogórek kiszony naturalnie 20 g

Składniki: ogórki gruntowe, koper, czosnek, **gorczyca**, ziele angielskie, liść laurowy, woda, sól, cukier trzcinowy

Pomidor 20 g

Jabłko 100 g

📅 23.06.2026

Wtorek

Śniadanie

Kawa zbożowa na mleku 200 ml

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

Chleb pszenno-żytni 50 g

Składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, sól, drożdże

Masło ekstra (z mleka) 10 g

Szynka drobiowa 20 g

Składniki: 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**

Pasta z jaja oraz tuńczyka i

majonezu. 20 g

Składniki: **jaja** kurze całe, **tuńczyk** w sosie własnym (**tuńczyk**, sól), majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych (7,0%))

Salata 5 g

Rzodkiewka 20 g

Melon 100 g

📅 24.06.2026

Środa

Śniadanie

Płatki zbożowe z cynamonem na mleku 200 g

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki zbożowe (pełnoziarniste płatki **owsiane**, mąka **jęczmienna**, kukurydziana; grys kukurydziany, cukier trzcinowy, melasa trzcinowa, sól morska, aromat, emulgator: lecytyny (z **sol**)), cynamon

Herbata owocowa dzika róża 200 g

Składniki: owoc dzikiej róży, aromat naturalny

Chleb jasny 25 g

Składniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier

Chleb pszenny graham 25 g

Składniki: mąka **pszenna** pełnoziarnista, mąka **pszenna**, woda, sól, drożdże

Masło ekstra (z mleka) 10 g

Kiełbaska wieprzowa 20 g

Składniki: mięso wieprzowe, woda, przyprawy, sól spożywcza (może zawierać **pszenica**, **soja**, **seler**, **gorczyca**)

Papryka czerwona 20 g

Rukola 3 g

Sos pomidorowy 20 g

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

Arbuz 100 g

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

📅 25.06.2026

Czwartek

Śniadanie

Kociołek płatki jęczmienne, jaglane, owsiane na mleku z rodzynkami

200 g

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **owsiane**, płatki jaglane, płatki **jęczmienne**, rodzyнки, suszone

Herbata malinowa 200 g

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

Chleb jasny 25 g

Składniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier

Chleb wieloziarnisty 25 g

Składniki: 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 z piersi kurczaka 20 g

Salata 5 g

Ogórek 20 g

Banan 100 g

📅 26.06.2026

Piątek

Śniadanie

Herbata owocowa 200 ml

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa (owoc maliny, kwiat hibiskusa, skórka cytryny, naturalny aromat, liść jeżyny)

Kajzerka 50 g

Składniki: mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier

Masło ekstra (z mleka) 10 g

Jajko w sosie majonezowym 40 g

Składniki: **jaja** kurze całe, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych (7,0%)), sól biała, pieprz

Serek wiejski 20 g

Składniki: serek śmietankowy (z **mleka**), sól, białka **mleka**

Rzodkiewka 20 g

Ogórek kiszony naturalnie 20 g

Składniki: ogórki gruntowe, koper, czosnek, **gorczyca**, ziele angielskie, liść laurowy, woda, sól, cukier trzcinowy

Pomarańcza 100 g



Obiad

Zupa jarzynowa z ziemniakami 250 ml

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

Pulpeciki wieprzowo-wołowe z dodatkiem soj w sosie pieczeniowym z cebulką 4 szt/ 50ml 120 g

Składniki: mięso wołowe, mięso wieprzowe, cebula, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), skrobia ziemniaczana, białko **sojowe**, błonnik **sojowy**, mąka ryżowa, sól, cukier, przyprawy (ziele angielskie, pieprz czarny)

Kasza bulgur (pszenica) 100 g

Surówka z białej kapusty z kukurydzą i majonezem 40 g

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

Marchewka z groszkiem i oliwą 40 g

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

Mięta 200 g

Składniki: woda, mięta

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 wzbogające: niacyna, witamina b6, tiamina, witamina d

Obiad

Zupa grochowa z ziemniakami i kielbasą 250 ml

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, **seler** korzeniowy, groch, nasiona suche, kielbasa śląska (mięso wieprzowe, sól, błonnik **pszenny**, przyprawy, ekstrakty przypraw produkt może zawierać (**soje**, **seler**, **gorczycę**)), natka pietruszki, sól biała, pieprz, majeranek

Ryż paraboliczny z prażonymi jabłkami 180 g

Składniki: jabłko, ryż paraboliczny, cynamon, cukier

Polewa jogurtowo - malinowa 50 g

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

Marchewka tarta z ananasem 40 g

Składniki: marchew, ananas, olej rzepakowy, cytryna

Ogórek słupki 40 g

Składniki: ogórek

Kompot jabłko - śliwka 200 ml

Składniki: kompot jabłko - śliwka

Podwieczorek

Kukurydza, kolby 50 g

Obiad

Krupnik z kaszą jęczmienną na wywarze warzywnym 250 ml

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

Stek wieprzowo-drobiowy mielony panierowany w bułce tartej 120 g

Składniki: wieprzowina łopatka, udko trybowane bez skóry, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), sól biała, pieprz

Ziemniaki 100 g

Surówka z kiszonej kapusty 40 g

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

Kalafior z wody, z masłem i bułką tartą 40 g

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

Kompot wiśnia - agrest 200 ml

Składniki: woda, wiśnie, agrest

Podwieczorek

Kisiel truskawkowy 150 g

Składniki: woda, truskawki, skrobia ziemniaczana

Obiad

Krem z groszku ze śmietaną na wywarze warzywnym zkoperkiem i grzankami 250 ml

Składniki: woda, groszek zielony, mrożony, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, chleb **pszenno-żytni** (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, naturalny wysuszony zakwas **żytni**, sól), **seler** korzeniowy, śmietana 12% (z **mleka**), por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Indyk w sosie pomidorowym z cukinią 120 g

Składniki: mięso z piersi indyka, bez skóry, pomidory w puszcze całe, woda, cukinia, pietruszka, korzeń, mąka **pszenna**, typ 450

Gnocchi z batatów 100 g

Składniki: batat puree (54%), płatki ziemniaczane, skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, mąka **pszenna**, woda sól, olej rzepakowy, mąka ryżowa

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**)

Kompot truskawka- porzeczka 200 ml

Składniki: woda, truskawka, porzeczk

Podwieczorek

Serek waniliowy z owocami leśnymi 150 g

Składniki: serek biały (**mleko**, żywe kultury bakterii, serwatka z **mleka**), porzeczki czerwone, porzeczki czarne, ekstrakt waniliowy

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem 250 ml

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, mięso z ud kurczaka, bez skóry, **seler** korzeniowy, makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** zwyczajnej), koncentrat pomidorowy, 30%, śmietana 18% (z **mleka**), por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ryba Mintaj panierowana z bułką tartą z dodatkiem słonecznika 70 g

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

Ziemniaki puree 100 g

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

Mizeria z jogurtem naturalnym 40 g

Składniki: ogórek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu **mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii)

Fasolka szparagowa z oliwą 40 g

Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, oliwa

Kompot jabłko - agrest 200 ml

Składniki: woda, jabłko, agrest

Podwieczorek

Brioszka pszenna z budyniem na mleku 35 g

Składniki: mąka **pszenna***, woda, cukier, **mleko**, olej rzepakowy, drożdże, **jaja** kurze*, sól