

Jadłospis 26-30.01.2026

📅26.01.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Kanapka z pastą jajeczna i szczypiorkiem, ogórek kiszony

Składniki: **jaja** kurze całe, chleb **pszenno-żytni**, ogórek kiszony, masło ekstra (z **mleka**), szczypiorek

Kakao

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

Śniadanie II

Kiwi

Zupa

Krem z marchewki z grzankami

Składniki: woda, marchew, ziemniaki, udo z kurczaka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, chleb **pszenno-żytni**, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

II danie

Placki ziemniaczane

Składniki: ziemniaki, późne, mąka **pszenna**, typ 450, cebula, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, sól biała, pieprz, zioła prowansalskie

Ser twarogowy chudy (z **mleka**)

Kompot wieloowocowy bez cukru

Składniki: woda, jabłko, śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone

Podwieczorek

Panna cotta z musem malinowym

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), maliny, mrożone, miód pszczeli, cukier z prawdziwą wanilią, żelatyna

📅27.01.2026 Wtorek

Śniadanie

Owsianka na mleku

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

Chałka z masłem

Składniki: chałki **pszenne**, masło ekstra (z **mleka**)

Herbata czarna

Śniadanie II

Jabłko

Zupa

Barszcz czerwony zabieleny

Składniki: woda, burak, **jaja** kurze całe, marchew, kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, śmietana 12% (z **mleka**), natka pietruszki, koncentrat barszczu czerwonego (**seler**), sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

II danie

Spaghetti bolognese

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

Kompot wieloowocowy bez cukru

Składniki: woda, jabłko, śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone

Podwieczorek

Suszone owoce

📅28.01.2026 Środa

Śniadanie

Kanapka z szynką wieprzową i sałatą

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, szynka wieprzowa, gotowana, masło ekstra (z **mleka**), sałata

Kawa zbożowa na mleku

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

Śniadanie II

Marchewka słupki

Składniki: marchew

Zupa

Zupa brokułowa na wywarze warzywnym

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

II danie

Pierogi ruskie

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, ziemniaki, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), cebula, masło ekstra (z **mleka**), **jaja** kurze całe, sól biała

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Muffinki

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

📅29.01.2026 Czwartek

Śniadanie

Kasza manna na mleku

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

Kanapka z dżemem morelowym

Składniki: chleb **żytni** jasny, dżem morelowy, niskosłodzony, masło ekstra (z **mleka**)

Herbata rooibos

Składniki: woda, herbata rooibos

Śniadanie II

Gruszka

Zupa

Zupa ogórkowa

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

II danie

Filet z kurczaka panierowany

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

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z **mleka**), sól biała

Surówka z pora, marchewki i jabłka

Składniki: jabłko, por, marchew, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**)

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Sok pomarańczowy 100%

Wafle ryżowe

📅30.01.2026 Piątek

Śniadanie

Szwedzki stół

Składniki: serek wiejski (z **mleka**), chleb pełnoziarnisty z **żyta**, pomidorki koktajlowe, ser gouda tłusty (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**), szpinak, ogórek, koperek

Herbata owocowa

Składniki: woda, herbata owocowa

Śniadanie II

Torcik urodzinowy

Składniki: woda, galaretka owocowa, w proszku, biszkopty lady fingers (**pszenica, jajka**), śnieżka do ubijania (**pszenica, mleko**)

Zupa

Zupa ziemniaczana

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

II danie

Kotlet rybny

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

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Buraczki duszone

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Banan

