

JADŁOSPIS				31.08.2026-04.09.2026		
	Kaloryczność	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD		
Poniedziałek		31.08.2026 WAKACJE !!!				
Wtorek	energia - 909.2 kcal białko - 37.8 g tłuszcz - 30.3 g węglowodany. - 128.7 g	Serek śmietankowy 7, szynka z ziołami 9,10, masło 7, biała rzodkiew, chleb żytni, baltonowski , graham 1, herbata rooibois bez cukru	Jogurt naturalny z owocową gramolą 1,7	Zupa kalafiorowa z ziemniakami na wywarze warzywnym 9	Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z warzywami, ryż paraboliczny na sypko, woda niegazowana	
		B/glut: B/mlecz: serek wege 1,5,6,8, masło roślinne typu wege Dieta wegetariańska: szynka wege 1,6,10	B /glut: bezglutenowa granola B/mlecz: jogurt roślinny* Dieta wegetariańska: -	B/glut: - B/mlecz: - Dieta wegetariańska: -	B/glut: B/mlecz: Dieta wegetariańska: tofu w sosie słodko-kwaśnym z warzywami, ryż paraboliczny na sypko	
Środa	energia - 1017.6 kcal białko - 35.7 g tłuszcz - 32.2 g węglowodany- 153.2 g	Kiełbaski drobiowe 90% 9,10, ketchup 9,10, serek Kiri 7, masło 7, pomidor, chleb żytni, baltonowski, graham 1 , herbata z pokrzywy bez cukru	Wytrawne ciasto drożdżowe z czarną porzeczką 1,3,7	Zupa pomidorowa z makaronem z mąki durum na wywarze warzywnym 1,7,9	Stripsy drobiowe 1,3, ziemniaki z oliwą z oliwek, surówka z białej kapusty z marchewką i koperkiem oraz sosem winegret 9,10, woda niegazowana	
		B/glut: chleb bezglutenowy B/mlecz: serek wege 1,5,6,8, masło roślinne typu wege Dieta wegetariańska: kiełbaski wege 1,6,10	B/glut: bezglutenowe ciasto z czarną porzeczką 3,7 B/mlecz: ciasto na margarynie roślinnej i napoju roślinnym*,1,3 Dieta wegetariańska: -	B/glut: zupa z makaronem bezglutenowym 7,9 B/mlecz: zupa ze śmietanką roślinną*,9 Dieta wegetariańska: -	B/glut: stripsy bezglutenowe 3 B/mlecz: Dieta wegetariańska: kotlet warzywno-serowy 1,3,7, ziemniaki z oliwą z oliwek, surówka z białej kapusty z marchewką i koperkiem	
Czwartek	energia 1048.7 kcal białko - 39.4 g tłuszcz - 44.8 g węglowodany. 129.8 g	Kakao na mleku 6,7, biały serek w plastrach 7, dżem bez cukru, masło 7, chleb żytni, baltonowski, graham 1 herbata żurawinowa bez cukru	Domowy kisiel z jabłkiem	Krupnik z ziemniakami na wywarze warzywnym 1,9	Łopatka w sosie pieczeniowym 1, kasza jęczmienna w sosie ziołowym 1, gotowana fasolka szparagowa z masłem 7 woda niegazowana	
		B/ glut: chleb bezglutenowy B/mlecz: kakao na napoju roślinnym*,6, serek wege 1,5,6,8, masło roślinne typu wege Dieta wegetariańska:	B/glut: B/mlecz: Dieta wegetariańska: -	B/glut: krupnik z kaszą gryczaną 9 B/mlecz:	B/glut: sos bezglutenowy, kasza gryczana B/mlecz: gotowana fasolka szparagowa z oliwą z oliwek Dieta wegetariańska: jajko sadzone 3,7, kasza jęczmienna w sosie ziołowym 1, gotowana fasolka szparagowa z masłem 7	
Piątek	energia - 959.9 kcal białko - 30.2 g tłuszcz - 26.5 g węglowodany - 157.8 g	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem w sosie majonezowo-jogurtowym 3,7,9,10, wędlina drobiowa, masło 7, ogórek zielony, chleb żytni, baltonowski, graham 1, herbata z lipy bez cukru	Naturalny sok owocowy, wafle ryżowe z powidłami bez cukru	Barszcz ukraiński z ziemniakami i fasolą Jaś, natką pietruszki na wywarze warzywnym 7,9	Naleśniki z domieszką mąki gryczanej z prażonym jabłkiem 1,3,7, woda niegazowana	
		B/glut: chleb bezglutenowy B/mlecz: pasta jajeczna z majonezem 3,9,10, masło roślinne typu wege Dieta wegetariańska: wędlina wege 1,6,10	B/glut: B / m l e c z : Dieta wegetariańska: -	B/glut: B/mlecz: barszcz z napojem roślinnym*,9 Dieta wegetariańska: -	B/glut: naleśniki bezglutenowe 3,7 B/mlecz: naleśniki na bazie napoju roślinnego z prażonym jabłkiem 1,3, * Dieta wegetariańska: -	
Liczba oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 (lista alergenów zamieszczona obok); Zastrzega się możliwość wprowadzenia zmian do jadłospisu *Wykorzystywane napoje roślinne: kokosowe 8 / owsiane 1 / sojowe 6 / jaglane; jogurty roślinne: sojowy 6/ kokosowy 8; śmietanka roślinna: sojowa 6 / ryżowa / kokosowa 8						

