

JADŁOSPIS			DATA: 07.09.2026 – 11.09.2026		
	Kaloryczność	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	
Poniedziałek	Energia: 1092 kcal Białko: 41,06 g Tłuszcz: 38,91 g Węglowodany ogółem: 140,08 g	Kaszka manna na mleku 1, 7, ser żółty 7, masło 7, chleb baltonowski 1, ogórek małosolny herbata rumiankowa	Śliwka, wafle kukurydziane	Kolorowy kociołek z ziemniakami, ciecierzą i lubczykiem na wywarze warzywnym 9	Makaron świderki (wyr. wł.) z sosem Napoli i wiórkami żółtego sera 1,3,7, woda niegazowana
		B/glut.: kaszka kukurydziana na mleku 7, chleb bezglutenowy B/mlecz.: kaszka manna na napoju roślinnym 1, *, ser wege 1,5,6,8, masło roślinne typu wege Dieta wegetariańska: -	B/glut.: - B/mlecz.: - Dieta wegetariańska: -	B/glut.: - B/mlecz.: - Dieta wegetariańska: -	B/glut.: makaron bezglutenowy z sosem Napoli i wiórkami sera 3,7 B/mlecz.: makaron z sosem Napoli i wegańskim serem 1,3,5,6,8 Dieta wegetariańska:
Wtorek	Energia: 1042 kcal Białko: 35,13 g Tłuszcz: 31,46 g Węglowodany ogółem: 151,51 g	Humus pomidorowy 11, szynka drobiowa, masło 7, chleb żytni, baltonowski, graham 1, ogórek zielony, herbata owoce leśne bez cukru	Budyń waniliowy z sokiem malinowym	Krem brokułowy na wywarze warzywnym z grzankami 1,9	Kurczak z warzywami 9, ryż paraboliczny na sypko, sos tzatziki 7, woda niegazowana
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: masło roślinne typu wege Dieta wegetariańska: szynka wege 1,61,10	B/glut.: - B/mlecz.: budyń na napoju roślinnym* Dieta wegetariańska: -	B/glut.: krem z grzankami bezglutenowymi 9 B/mlecz.: - Dieta wegetariańska: -	B/glut.: - B/mlecz.: tzatziki na jogurcie roślinnym* Dieta wegetariańska: tofu z warzywami 6,9, ryż paraboliczny na sypko, sos tzatziki 7
Środa	Energia: 1141 kcal Białko: 39,97 g Tłuszcz: 33,2 g Węglowodany ogółem: 164,27 g	Jajko gotowane na twardo 3, majonez 3,9,10, szynka domowa, masło 7, chleb żytni, baltonowski, graham 1, mix papryk, herbata miętowa bez cukru	Ciasto drożdżowe z otrębami i owocem 1,3,7	Zupa pomidorowa z makaronem (wyrób własny) na wywarze mięsnym 1,3,7,9	Paluszki rybne 1,3,4, ziemniaki puree 7, surówka z modrej kapusty z jabłkiem, woda niegazowana
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: masło roślinne typu wege Dieta wegetariańska: szynka wege 1,61,10	B/glut.: ciastko bezglutenowe 3,7 B/mlecz.: ciasto na bazie napoju roślinnego* i margaryny roślinnej 1,3 Dieta wegetariańska: -	B/glut.: zupa z makaronem bezglutenowym 3,7,9 B/mlecz.: zupa z napojem roślinnym 1, 3, *, 9 Dieta wegetariańska: na wywarze warzywnym 1,3,7,9	B/glut.: paluszki rybne bezglutenowe 3,4 B/mlecz.: ziemniaki z margaryną roślinną Dieta wegetariańska: paluszki sojowe 1,3,6, ziemniaki puree 7, surówka z modrej kapusty z jabłkiem
Czwartek	Energia: 1059 kcal Białko: 37,89 g Tłuszcz: 33,37 g Węglowodany ogółem: 148,69 g	Płatki kukurydziane na mleku 7, pieczywo żytnie 1, masło 7, dżem wiśniowy bez cukru, herbata żurawinowa bez cukru	Marchewka, zielony ogórek i jabłko, chlebek wasa 1	Rosół z zacierką i natką pietruszki na wywarze warzywnym 1,3,9	Wieprzowina w sosie pieczeniowym 1, kasza pęczak na sypko 1, surówka z marchewki i jabłka z sokiem z cytryny, woda niegazowana
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: masło roślinne typu wege, płatki na napoju roślinnym* Dieta wegetariańska: -	B/glut.: chlebek bezglutenowy B/mlecz.: - Dieta wegetariańska: -	B/glut.: rosół z zacierką bezglutenową 3,9 B/mlecz.: - Dieta wegetariańska: -	B/glut.: sos bezglutenowy, kasza gryczana B/mlecz.: - Dieta wegetariańska: gulasz warzywny, kasza pęczak na sypko 1, surówka z marchewki i jabłka z sokiem z cytryny
Piątek	Energia: 1084 kcal Białko: 38,47 g Tłuszcz: 31,45 g Węglowodany ogółem: 157,63 g	Serek Kiri 7, wędlina drobiowa, masło 7, chleb żytni, baltonowski, graham, pomidor, herbata lipowa bez cukru	Banan, chrupki kukurydziane	Zupa ziemniaczana z tymiankiem i majerankiem na wywarze warzywnym 1,5,8,9,10,11	Pyzy drożdżowe z sosem myśliwskim 1,3,7, ogórek kiszony, woda niegazowana
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: serek wege 1,5,6,8, masło roślinne typu wege Dieta wegetariańska: -	B/glut.: - B/mlecz.: - Dieta wegetariańska: -	B/glut.: zupa ziemniaczana na wywarze warzywnym 9 B/mlecz.: - Dieta wegetariańska: -	B/glut.: kluski śląskie z sosem myśliwskim 3 B/mlecz.: kluski śląskie z sosem myśliwskim 3 Dieta wegetariańska: pyzy drożdżowe z sosem serowym 1,3,7, ogórek kiszony

Liczbą oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011; Zastrzega się możliwość wprowadzenia zmian do jadłospisu. Wykorzystywany makaron w jadłospisie jest bez jaj.
 *Wykorzystywane napoje roślinne: kokosowe 8 / owsiane 1 / sojowe 6 / jaglane; jogurty roślinne: sojowy 6/ kokosowy 8; śmietanka roślinna: sojowa 6 / ryżowa / kokosowa 8

