



JADŁOSPIS 12.10-16.10.2026

Poniedziałek

ŚNIADANIE (przed...

Owsianka z żurawinką
Kanapka z masłem z Awokado,
szynka wieprzowa, sałatka masłowa,
ogórek zielony, papryka
Mandarynki, winogrono

Alergeny: 5, 7

OBIAD (przedszko...

Krupnik z kaszą jęczmienną,
zabielany
Kluski na parze z sosem
śmietanowo-karmelowym
Woda z miętą

Alergeny: 1, 3, 5, 7

PODWIECZOREK (pr...

Chleb wieloziarnisty, graham, masło,
pasztet z cielęcinką i warzywami,
ogórek kiszony
herbata melisa z pomarańczą

Alergeny: 3, 5, 7

Wtorek

ŚNIADANIE (przed...

Pieczywo ze słonecznikiem, masło,
rybka makrela w sosie
pomidorowym, rzodkiewka, pomidor
Kawa zbożowa Inka na mleku

Alergeny: 4, 5, 7

OBIAD (przedszko...

Pomidorowa z makaronem, zabielana
na wyw. warzywnym Burger Vege,
ziemniaczki pieczone z piekarnika, w
ziosłach
surówka Coleslaw
Lemoniada rabarbarowo-cytrynowa

Alergeny: 1, 3, 5, 7

PODWIECZOREK (pr...

Koktajl Shreka na bazie jogurtu
naturalnego, szpinaku, banana,
truskawek
Babka drożdżowa z obniżoną
zawartością cukru

Alergeny: 3, 5, 7

Środa

ŚNIADANIE (przed...

Pieczywo mieszane pszenno-żytnie,
pasta z jajek i kielbaski szynkowej,
szpinak świeży, papryka czerwona
Kakao naturalne na mleku

Alergeny: 3, 5, 7

OBIAD (przedszko...

Jarzynowa z makaronem, zabielana
na wyw. warzywnym
naleśniki z serem białym, musem
jabłkowym bez cukru
Kompot owocowy

Alergeny: 1, 3, 5, 7

PODWIECZOREK (pr...

Deser z nasionami Chia na mleku
owsianym z jogurtem i musem z
mango i maraku
Chrupki bezglutenowe, kukurydziane

Alergeny: 5, 7

Czwartek

ŚNIADANIE (przed...

Rogalik ze zdrową nutellą (rodzynki,
Awokado, banan, kakao, miód)
Kubeczek mleka
kalarepka, marchewka do chrupania

Alergeny: 5, 7

OBIAD (przedszko...

Krem ziemniaczany posypany
chrupkami z boczku
Filet z kurczaka w sosie z suszonymi
pomidorami, ryż paraboliczny,
sałatka z białej kapusty z warzywami
woda z cytrynką

Alergeny: 1, 5, 7

PODWIECZOREK (pr...

Ciasto marchewkowe (wyr. Grupy 7 i
8 na zajęciach)
Soczek jabłkowy 100%

Alergeny: 3, 5, 7

Piątek

ŚNIADANIE (przed...

Kasza manna na mleku z musem
truskawkowym
Pieczywo żytnie z masłem, jajko
gotowane, rzodkiewka

Alergeny: 3, 5, 7

OBIAD (przedszko...

Rosół drobiowy z ryżem, marchewką,
natką pietruszki
Rybka miruna panierowana, z pieca,
ziemniaki, surówka z kapusty
kiszzonej z jabłkiem i marchewką
Kompot owocowy

Alergeny: 1, 3, 5, 7

PODWIECZOREK (pr...

Galaretka jogurtowo-owocowa,
kolorowa z bitą śmietaną, posypana
gorzka czekoladą, amarantusem
expandowanym
Banan

Alergeny: 3, 5, 7

Legenda alergenów:

(1) Seler, (2) Skorupiaki, (3) Jajka, (4) Ryby, (5) Gluten, (6) Łubin, (7) Mleko, (8) Mięczaki, (9)
Musztarda, (10) Orzechy, (11) Orzeszki ziemne, (12) Sezam, (13) Soja, (14) Dwutlenek siarki