

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
26.01.2026 Poniedziałek	• pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i orkiszowe (zawiera orkisz) z masłem 60g /8g • szynka wiejska 30g • papryka, sałata lodowa 50g • kakao na mleku 150ml • napar z melisy 150ml • gruszka 50g	• zupa kartoflanka z majerankiem 250ml (ziemniaki, marchewka, seler, pietruszka, por, koper, natka, przyprawy) • makaron z pesto bazyliowym 220g (makaron-zawiera pszenicę, filet drobiowy, pesto z bazylii, ser parmezan-zawiera mleko, przyprawy) • kalarepa do chrupania 40g • kompot z czarnej porzeczki 150ml	• jabłka zapiekane pod kruszonką (jabłko, mąka zawiera-pszenicę, masło, cukier, cukier waniliowy, cynamon)–własny wyrób • mleko 150ml
27.01.2026 Wtorek	• płatki owsiane na mleku 200ml • pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i słonecznikowe (zawiera żyto) z masłem 30g/5g • ser żółty 30g (zawiera mleko) • pomidor, rukola 50g • herbata z malin 150 ml • jabłko 50 g	• rosół z kurczaka 250ml (kurczak zagrodowy, makaron nitki-zawiera pszenicę, jajko, marchewka, pietruszka, seler, por, cebula, natka, koper, przyprawy) • ryż basmati 100g • potrawka z kurczaka (kurczak zagrodowy, marchewka, pietruszka, seler, mąka-zawiera pszenicę, olej, cebula, czosnek, przyprawy) • ogórek kiszony 40g • kompot z wiśni 150ml	• kasza manna 100g (mleko 2% tł., kasza-zawiera pszenicę) z musem truskawkowym 30g • herbata z cytryną 150ml
28.01.2026 Środa	• pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i żytnie b/drożdży (zawiera żyto) z masłem 60g/8g • szynka z indyka 30g • ogórek, rzodkiewka 50g • kawa inka na mleku 150ml (zawiera jęczmień, żyto) • herbata rooibos 150ml • mandarynka 50g	• barszcz czerwony 250ml (kurczak zagrodowy, ziemniaki, buraki, marchewka, seler, pietruszka, śmietana 12% tł.-zawiera mleko, koper, natka, przyprawy) • pizzerinki drożdżowe z serem i warzywami 3 szt.(mąka-zawiera pszenicę, kapusta, marchewka, papryka, drożdże, ser żółty-zawiera mleko) • keczup 3g • sok „Pigwówka” 150ml (jabłko, marchew, kurkuma, pigwa)	• sałatka owocowa 100g (banan, pomarańcza, brzoskwinia, winogrona ciemne, truskawka) z bitą śmietaną 20g (śmietana 36% tł.-zawiera mleko, cukier puder) • wasa 1szt (zawiera pszenicę, żyto) • herbata z hibiscusa 150ml

29.01.2026 Czwartek	• zacierka na mleku z rodzynkami 200ml (mąka zawiera pszenicę, jajko) • pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i rarytas (zawiera żyto) z masłem 30g/5g • jajko w krążkach 20g • marchewka, sałata rzymska 50g • herbata poziomkowa 150ml • banan ½ szt.	• zupa ogórkowa 250ml (ziemniaki, ogórek kiszony, marchewka, kurczak zagrodowy, pietruszka, seler, por, śmietana 12% tł.-zawiera mleko, koper, natka, przyprawy) • kaszotto z wieprzowiną 220g (szynka wieprzowa, kasza jęczmienna pęczak, marchewka, cebula, czosnek, przyprawy) • burak marynowany 40g • kompot z malin 150ml	• jogurt wiśniowy 150 ml (jogurt naturalny 2% tł.-zawiera mleko, wiśnie) • wafel ryżowy 1 szt. • śliwka i morela suszona 10g
30.01.2026 Piątek	• pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i dyniowe (zawiera pszenicę, żyto) z masłem 60g/8g • twarożek śmietankowy 30g (ser 24%tł.-zawiera mleko) • pomidor koktajlowy, sałata roszponka 50g • kakao na mleku 150ml • herbata z hibiskusa 150ml • pomarańcza 50g	• zupa grochowa z grzanką 250ml (groch, marchewka, seler, pietruszka, por, natka, koper, przyprawy, grzanka-zawiera pszenicę) • ziemniaki z koperkiem 100g • łosoś saute z pieca 70g (ryba, cytryna, przyprawy) • sałata lodowa ze śmietaną 80g (sałata lodowa, rzodkiewka, śmietana 12%tł.-zawiera mleko, szczypior) • kompot z czerwonej porzeczki 150ml	• ciastko owsiane 1 szt. • „Zaczarowany sok” 150ml (jabłko, pomarańcza, jarmuż, pietruszka)

Alergeny zaznaczone są pogrubioną czcionką
Zastrzegamy sobie prawo zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

W kuchni używa się: **zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy.**

Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Jadłospis opracowany jest dla dzieci o zapotrzebowaniu energetycznym 1400 kcal.

