**\*oznacza wykaz składników które zawierają własny skład**

**JAD*Ł*OSPIS**

**29.09.2025r. ----- 03.10.2025r.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  **Data**  | **I Śniadanie**  | **II Śniadanie**  | **Obiad**  |
| **29.09. 2025r.** **poniedziałek**  | **\*Płatki owsiane na mleku** **(7)**;250mlSkładniki: mleko 3,5% (Mleko 3,5% - 100 mleka pasteryzowango w wysokiej temperaturze), płatki owsiane,\***Pieczywo mieszane** **(1,)**; 30g,**Masło** **(7)**; 4g, Składniki: śmietanka, szczepionki czystych kultur mleczarskich**Serkiem żółty gouda(7)**; 20g Składniki: mleko pasteryzowane, sól, bakteria fermentacji mlekowej, stabilizator – chlorek wapnia, podpuszczka**Ogórek świeży**; 15gSkładniki: ogórek świeży**Pomidor**; 15g,Składniki: pomidor**Rzodkiewka**; 15g,Składniki: rzodkiewka**Sałata roszponka,**Składniki: sałata roszponka**Szczypiorek**, Składniki: szczypiorek\***Herbata rumiankowa**;250mlSkładniki: woda, herbata rumiankowa | **\*Zupa jarzynowa z ziemniakami (9,7)** ;250mlSkładniki: woda, masło (śmietanka, szczepionki czystych kultur mleczarskich), marchewka, seler, pietruszka korzeń, por, natka pietruszki, ziemniaki,mieszanka 7 składnikowa, sól, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy,**\*Owsianka marchewkowa (1,7)**; 150g,Składniki: mleko 3,5%, płatki owsiane górskie, marchewka, wiórki kokosowe, nasiona chia, rodzynki, żurawina, cynamon, **Jabłko** 1szt.Składniki: jabłko**\*Herbata truskawka z poziomką**;250mlSkładniki: woda, herbata truskawka z poziomką | **\*Gołąbki bez zawijania z sosem pomidorowym (3)** 180g, Składniki: kapusta młoda, ryż, łopatka bez kości, mąka kukurydziana, cebula, jajka, sól, pieprz czarny, sos pomodori pelati,**Ziemniaki z koperkiem**;130g,Składniki: ziemniaki, koperek,**Papryka do gryzienia**; 10g\***Kompot wieloowocowy** ;250mlSkładniki: woda, mieszanka kompotowa,  |
| **30.09. 2025r.** wtorek | \***Pieczywo mieszane** **(1,)**; 60g,**Masło** **(7)**; 8g, Składniki: śmietanka, szczepionki czystych kultur mleczarskich**\*Wędlina**; 35g,Składniki: Krakowska sucha extra **Pomidor**; 25gSkładniki: pomidory**Papryka**; 25gSkładniki: papryka różne kolory,**Ogórkiem zielonym**; 25g, Składniki: ogórek świeży**Szczypiorek**, Składniki: szczypiorek,**\*Kakao (7)**; 250mlSkładniki: mleko, Cacao Deco Morreno\***Herbata melisa**;250mlSkładniki: woda, herbata melisa, | **\*Zupa pomidorowa z makaronem** **(7,9)**;250mlSkładniki: woda, masło (śmietanka, szczepionki czystych kultur mleczarskich), marchewka, seler, pietruszka korzeń, por, natka pietruszki,makaron Codini macaroni, sos Pomodori Pelati, sól, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy,**\*Deser z nasion chia (1,5,6,7,10,11)**;150gSkładniki: nasiona chia, mleko kokosowe, jogurt naturalny gęsty, banany, brzoskwina w puszce, rodzynki, żurawina**\*Herbata jabłko z gruszką**;250mlSkładniki: woda, herbata jabłko z gruszką, | **\*Makaron Cresti di gallo** **z sosem mięsno–warzywno-śmietanowym(1,3,7,9)**;220g Składniki: makaron Cresti di gallo, filet z indyka, marchewka, por, seler, pietruszka korzeń, cebula, kalafior, brokuł, brukselka, sól, bazylia, pieprz ziołowy mielony, papryka słodka, zioła prowansalskie, olej rzepakowy, śmietanka 36%, mąka kukurydziana,**Papryka do gryzienia**; 10g. **Kompot jabłkowo - śliwkowy**;250mlSkładniki: woda, jabłko, śliwka,  |
|  **01.10. 2025r.** **Środa**  | **\*Kasza manna na mleku z polewą truskawkową** **(7)**150g Składniki: kasza manna, mleko 3,5% (Mleko 3,5% - 100 mleka pasteryzowango w wysokiej temperaturze), truskawki, cukier, \***Pieczywo mieszane** **(1,)**; 30g,**Masło** **(7)**; 4g, Składniki: śmietanka, szczepionki czystych kultur mleczarskich**\*Pasta z wątróbki (4)**; 20g, wyrób własnySkładniki : wątróbka, pomidory suszone, koncentrat pomidorowy, **Ogórkiem kiszonym**; 15g, Składniki: ogórek kiszony**Papryka**; 15g, Składniki: papryka**Szczypiorek**, Składniki: szczypiorek\***Herbata lipowa**;250mlSkładniki: woda, cukier, herbata lipowa, | **\*Zupa grochowa z ziemniakami** **(7,9)**;250mlSkładniki: woda, masło (śmietanka, szczepionki czystych kultur mleczarskich), marchewka, seler, pietruszka korzeń, por, natka pietruszki,groch łuskany, kiełbasa śląska, sól, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy,**Sok owocowy zielona lemoniada**; 150mlSkładniki: jabłko, ogórek świeży, szpinak,cytryna,**Brzoskwinie** 1 szt.Składniki: brzoskwinie**\*Herbata malina z pigwą**;250mlSkładniki: woda, herbata malina z pigwą, | \***Placki serowo - ziemniaczane** **(1,3,)** (własnego wyrobu) 2szt.Składniki: ser biały, jajka, mąka tortowa, ziemniaki, olej rzepakowy,**\*Surówka z sałaty lodowje (3)** ;30gSkładniki: sałata lodowa, rzodkiewka, ogórek świeży, szczypiorek, jogurt naturalny gęsty, majonez, pestki dyni, sól,\***Kompot wieloowocowy** ;250mlSkładniki: woda, mieszanka kompotowa,  |
| **02.10. 2025r. czwartek**  | \***Pieczywo mieszane** **(1,)**; 60g,**Masło** **(7)**; 8g, Składniki: śmietanka, szczepionki czystych kultur mleczarskich**Schab pieczony w piecu parowym(7)**; 35g wyrób własny Składniki: schab bez kości, sól, pieprz ziołowy, zioła prowansalskie, **Ogórek świeży**; 25gSkładniki: ogórek świeży**Pomidor**; 25g,Składniki: pomidor**Rzodkiewka**; 25g,Składniki: rzodkiewka**Sałata roszponka,**Składniki: sałata roszponka**Szczypiorek**, Składniki: szczypiorek\***Herbata lipowa**;250mlSkładniki: woda, herbata lipowa**Kawa inka** **(7,1)**;250mlSkładniki: mleko 3,5% (Mleko 3,5% - 100 mleka pasteryzowango w wysokiej temperaturze), Inka klasyczna (zboża 78%jęczmień , żyto cykoria) | **\*Zupa krem z białych warzyw z ziemniakami** **(7,9)**;250mlSkładniki: woda, masło (śmietanka, szczepionki czystych kultur mleczarskich), marchewka, seler, pietruszka korzeń, por, natka pietruszki,, sól, ziele angielskie, liść laurowy, ziemniaki, **Koktajl malinowy** **na kefirze (7)**; 150g wyrób własnySkładniki: kefir naturalny, maliny, **Gruszka** 1 szt.Składniki: gruszka**\*Herbata miętowa**;250mlSkładniki: woda, herbata miętowa | **\*Nuggetsy z kurczaka (1,3)**; 60g,Składniki: filet z kurczaka, jajka, płatki kukurydziane, bułka tarta, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy, **Ziemniaki z koperkiem**;130g,Składniki: ziemniaki, koperek,**Surówka z marchewki z ananasem**;200gSkładniki: marchewka, ananas w pusce, olej rzepakowy,**Kompot jabłkowo - śliwkowy**;250mlSkładniki: woda, jabłko, śliwka, |
| **03.10. 2025r. piątek**  | **Makaron na mleku** **(7)**;250mlSkładniki: makaron maccaroni, mleko 3,5% (Mleko 3,5% - 100 mleka pasteryzowango w wysokiej temperaturze)\***Pieczywo mieszane** **(1,)**; 60g,**Masło** **(7)**; 8g, Składniki: śmietanka, szczepionki czystych kultur mleczarskich**\*Pasta rybna (4)**; 35g, wyrób własnySkładniki : filet z miruny, szczypiorek,**Ogórkiem zielonym**; 25g, Składniki: ogórek świeży**Papryka**; 25g, Składniki: papryka**Szczypiorek**, Składniki: szczypiorek\***Herbata tryskawka z poziomką**;250mlSkładniki: woda, herbata truskawka z poziomką, | **\*Zupa ziemniaczana z kluseczkami** **(7,9)**;250mlSkładniki: woda, masło (śmietanka, szczepionki czystych kultur mleczarskich), marchewka, seler, pietruszka korzeń, por, natka pietruszki,, sól, ziele angielskie, liść laurowy, ziemniaki, **Chałka z dżemem truskawkowym**; 40gSkładniki: Chałka (mąka pszenna, woda, cukier, olej rzepakowy, serwatka proszku (z mleka), drożdże, masło, sól, białka mleka, aromat), dżem truskawkowy **Banan** 1 szt**Herbata rumiankowa** 150mlSkładniki: woda, herbata rumiankowa | **\*Kolorowy kociołek (3)** 180g, Składniki: papryka, pomidor, cukinia, sos Peperonata, kiełbasa śląska, cebula. **\*Ryż**;130g,Składniki: ryż długoziarnisty**Kalarepa do gryzienia**; 10g\***Kompot wieloowocowy** ;250mlSkładniki: woda, mieszanka kompotowa,  |

**Zastrzega się możliwość zmian w jadłospisie z przyczyn losowych lub technologicznych**