**\*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)**;250ml  Składniki: 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**; 15g  Składniki: ogórek świeży  **Pomidor**; 15g,  Składniki: pomidor  **Rzodkiewka**; 15g,  Składniki: rzodkiewka  **Sałata roszponka,**  Składniki: sałata roszponka  **Szczypiorek**,  Składniki: szczypiorek  \***Herbata rumiankowa**;250ml  Składniki: woda, herbata rumiankowa | **\*Zupa jarzynowa z ziemniakami (9,7)** ;250ml  Składniki: 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**;250ml  Składniki: 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** ;250ml  Składniki: 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**; 25g  Składniki: pomidory  **Papryka**; 25g  Składniki: papryka różne kolory,  **Ogórkiem zielonym**; 25g,  Składniki: ogórek świeży  **Szczypiorek**,  Składniki: szczypiorek,  **\*Kakao (7)**; 250ml  Składniki: mleko, Cacao Deco Morreno  \***Herbata melisa**;250ml  Składniki: woda, herbata melisa, | **\*Zupa pomidorowa z makaronem** **(7,9)**;250ml  Składniki: 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)**;150g  Składniki: nasiona chia, mleko kokosowe, jogurt naturalny gęsty, banany, brzoskwina w puszce, rodzynki, żurawina  **\*Herbata jabłko z gruszką**;250ml  Składniki: 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**;250ml  Składniki: 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 własny  Składniki : wątróbka, pomidory suszone, koncentrat pomidorowy,  **Ogórkiem kiszonym**; 15g,  Składniki: ogórek kiszony  **Papryka**; 15g,  Składniki: papryka  **Szczypiorek**,  Składniki: szczypiorek  \***Herbata lipowa**;250ml  Składniki: woda, cukier, herbata lipowa, | **\*Zupa grochowa z ziemniakami** **(7,9)**;250ml  Składniki: 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**; 150ml  Składniki: jabłko, ogórek świeży, szpinak,cytryna,  **Brzoskwinie** 1 szt.  Składniki: brzoskwinie  **\*Herbata malina z pigwą**;250ml  Składniki: 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)** ;30g  Składniki: sałata lodowa, rzodkiewka, ogórek świeży, szczypiorek, jogurt naturalny gęsty, majonez, pestki dyni, sól,  \***Kompot wieloowocowy** ;250ml  Składniki: 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**; 25g  Składniki: ogórek świeży  **Pomidor**; 25g,  Składniki: pomidor  **Rzodkiewka**; 25g,  Składniki: rzodkiewka  **Sałata roszponka,**  Składniki: sałata roszponka  **Szczypiorek**,  Składniki: szczypiorek  \***Herbata lipowa**;250ml  Składniki: woda, herbata lipowa  **Kawa inka** **(7,1)**;250ml  Składniki: 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)**;250ml  Składniki: 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 własny  Składniki: kefir naturalny, maliny,  **Gruszka** 1 szt.  Składniki: gruszka  **\*Herbata miętowa**;250ml  Składniki: 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**;200g  Składniki: marchewka, ananas w pusce, olej rzepakowy,  **Kompot jabłkowo - śliwkowy**;250ml  Składniki: woda, jabłko, śliwka, |
| **03.10. 2025r. piątek** | **Makaron na mleku** **(7)**;250ml  Składniki: 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 własny  Składniki : filet z miruny, szczypiorek,  **Ogórkiem zielonym**; 25g,  Składniki: ogórek świeży  **Papryka**; 25g,  Składniki: papryka  **Szczypiorek**,  Składniki: szczypiorek  \***Herbata tryskawka z poziomką**;250ml  Składniki: woda, herbata truskawka z poziomką, | **\*Zupa ziemniaczana z kluseczkami** **(7,9)**;250ml  Składniki: woda, masło (śmietanka, szczepionki czystych kultur mleczarskich), marchewka, seler, pietruszka korzeń, por, natka pietruszki,  , sól, ziele angielskie, liść laurowy, ziemniaki,  **Chałka z dżemem truskawkowym**; 40g  Składniki: Chałka (mąka pszenna, woda, cukier, olej rzepakowy, serwatka proszku (z mleka), drożdże, masło, sól, białka mleka, aromat), dżem truskawkowy  **Banan** 1 szt  **Herbata rumiankowa** 150ml  Składniki: 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** ;250ml  Składniki: woda, mieszanka kompotowa, |

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