

📅 **18.05.2026** **Poniedziałek**

## Śniadanie

### Kakao bez cukru

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek

### Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

### Kanapka z serem

Składniki: chleb **orkiszowy**, ser gouda tusty (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**)

### Kanapka z szynką wieprzową i sałatą

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, szynka wieprzowa, gotowana, masło ekstra (z **mleka**), sałata

### Ogórek

### Pomidorki koktajlowe

## Śniadanie II

### Jabłko

### Obiad

### Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, wieprzowina boczek bez kości, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kurczak, tuszka, cebula, czosnek, koperek, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie

### Puree ziemniaczane

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z **mleka**), **mleko** krowie, 2% tłuszczu

### Jajko sadzone

Składniki: **jaja** kurze całe, olej rzepakowy

### Surówka z marchewki

Składniki: marchew, olej rzepakowy, cytryna

### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

## Podwieczorek

### Ciasto jogurtowe z truskawkami

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), cukier, truskawki, olej rzepakowy, cukier z prawdziwą wanilią, proszek do pieczenia (**pszenica**)

### Mleko krowie, 2% tłuszczu

### Jabłko

📅 **19.05.2026** **Wtorek**

## Śniadanie

### Kakao z mlekiem

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, cukier, kakao 16%, proszek

### Herbata z melisy

Składniki: woda, cukier, herbata z melisy

### Kanapka z szynką z indyka

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, szynka z indyka, masło ekstra (z **mleka**)

### Kanapka z twarogiem i rzodkiewką

Składniki: chleb dyniowy (**żyto**), ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), rzodkiewka, masło ekstra (z **mleka**)

### Sałata

### Ogórek

### Papryka czerwona

## Śniadanie II

### Arbuz

### Obiad

### Zupa wiedeńska

Składniki: woda, ziemniaki, późne, marchew, kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, kasza manna (**pszenica**), boczek wędzony bez kości, por, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie, curry

### Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

### Kotlet schabowy

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, olej rzepakowy, bułka tarta (**pszenica**), **jaja** kurze całe

### Surówka Colesław

Składniki: kapusta biała, marchew, cebula, majonez (**jajka** , **gorczyca**), śmietana 18% (z **mleka**), cytryna, cukier, sól biała, pieprz

### Kompot wiśniowy

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

## Podwieczorek

### Koktajl bananowy na jogurcie

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), banan

### Wafle ryżowe

📅 **20.05.2026** **Środa**

## Śniadanie

### Kakao z mlekiem

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, cukier, kakao 16%, proszek

### Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

### Kanapka z pastą z awokado

Składniki: awokado, chleb **pszenno-żytni**, **jaja** kurze całe, natka pietruszki, cytryna, czosnek, sól biała, pieprz

### Kanapka z pasztetem warzywno-drobiowym

Składniki: marchew, pietruszka, korzeń, chleb **żytni** razowy, **seler** korzeniowy, mięso z udźca indyka, bez skóry, masło ekstra (z **mleka**), olej rzepakowy, cebula, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe, sól biała, pieprz

### Papryka żółta

### Ogórek

### Sałata

## Śniadanie II

### Winogrona bez pestek

### Obiad

### Zupa solferino

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, **seler** korzeniowy, pomidory w puszce całe, papryka czerwona, masło ekstra (z **mleka**), pietruszka, korzeń, por, kapusta biała, natka pietruszki, sól biała, pieprz, zioła prowansalskie

### Kasza kuskus (pszenica)

### Gulasz wieprzowy z szynki w sosie własnym

Składniki: woda, wieprzowina szynka surowa, cebula, mąka **pszenna**, typ 450

### Surówka z ogórka kiszonego

Składniki: ogórek kiszony, cebula, olej rzepakowy

### Sok wieloowocowy, egzotyczny 100%

## Podwieczorek

### Bułka maślana z nutellą własnego wyrobu

Składniki: bułki i rogalę **pszenne** maślane, **orzechy laskowe**, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, miód pszczeli, kakao 16%, proszek

### Mleko krowie, 2% tłuszczu

### Żurawina suszona

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

📅 **21.05.2026** **Czwartek**

## Śniadanie

### Zupa mleczna z makaronem

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, makaron **pszenny** bezjajeczny

### Herbata czarna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

### Kanapka z masłem i miodem

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, masło ekstra (z **mleka**), miód pszczeli

### Pomidorki koktajlowe

### Ogórek

### Papryka czerwona

## Śniadanie II

### Marchew

### Obiad

### Zupa pomidorowa z ryżem

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, mięso z ud kurczaka, bez skóry, **seler** korzeniowy, ryż biały, koncentrat pomidorowy, 30%, śmietana 18% (z **mleka**), por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie

### Puree ziemniaczane z koperkiem

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z **mleka**), **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, koperek, sól biała

### Filet z miruny po grecku

Składniki: filet z **miruny** mrożonej, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), marchew, koncentrat pomidorowy, 30%, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna** , typ 450, skrobia ziemniaczana, natka pietruszki, masło ekstra (z **mleka**), sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie

### Kompot wiśniowy

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

## Podwieczorek

### Galaretka owocowa z bananem

Składniki: woda, banan, galaretka owocowa, w proszku

### Ciasteczka owsiane z bananem

Składniki: płatki **owsiane**, banan, masło ekstra (z **mleka**), cukier, soda oczyszczona

📅 **22.05.2026** **Piątek**

## Śniadanie

### Kakao z mlekiem

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, cukier, kakao 16%, proszek

### Herbata wiśniowa

### Kanapka z jajkiem

Składniki: **jaja** kurze całe, chleb **pszenno-żytni**, masło ekstra (z **mleka**)

### Kanapka z szynką z indyka

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, słonecznikowy, szynka z indyka, masło ekstra (z **mleka**)

### Ogórek

### Rzodkiewka

### Sałata

## Śniadanie II

### Gruszka

### Obiad

### Zupa gulaszowa

Składniki: woda, ziemniaki, wieprzowina łopatka, marchew, przecier pomidorowy, olej rzepakowy, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, papryka czerwona, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie, papryka słodka

### Leniwe z sosem jogurtowo-truskawkowym

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), truskawki, mrożone, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, cukier

### Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko

## Podwieczorek

### Jogurt jagodowy, 1,5% tłuszczu (z mleka)

### Ciasteczka zbożowe z suszonymi owocami