

Jadłospis

Wtorek, 01.04.2025

Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Makaron zacierki gotowane z mlekiem 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne, żytnie na zakwasie z buraków) Masło 15 g Tortilla z szynką gotowaną wieprzową, pesto pomidorowe,, szczypior, papryka, 20 g Ser biały 10 g Paszтет sojowy 10 g Dodatki warzywne: sałata, ogórek zielony, rzodkiewka, kiełki pora Herbata czarna 150 ml Alergeny: 1,3,6,7,9,10,13
Śniadanie II godz.10:00	Gruszka 90 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Ziemniaki gotowane z koperkiem 120 g Udko kurczaka pieczone w czosnku i majeranku 1 szt Marchewka z groszkiem 100 g Surówka z pora i jabłek z oliwą 90 g Melon 50 g Napój z cytryn, pomarańczy i mięty 200 ml Alergeny: 1,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa marchewkowa z ryżem gotowana na kurczaku sielskim 250 ml Truskawka 30 g Alergeny: 1,7,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Banan 100 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Środa, 02.04.2025

Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Koktajl na bazie maślanki z bananem i musli 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne i żytnie) Masło naturalne 15 g Szynka z piersi indyka 8 g Jajko na twardo 1/4 szt Dodatki warzywne: kielki pora, sałata, ogórek kiszony, pomidorek koktajlowy, szczypior Herbata ziołowa z melisy 150 ml Alergeny: 1,3,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Kasza manna z polewą truskawkową 200 ml Alergeny: 1,13
Obiad II danie godz.12:00	Gulasz z polędwicy wołowej 60 g z warzywami 100 g (cukinia, pomidor malinowy, pieczarki, papryka, ogórek kiszony cebula) w sosie pomidorowym Bułka pszenna 50 g Mizeria ze śmietaną jogurtową 90 g Banan 50 g Kompot z owoców mieszanych 200 ml Alergeny: 1,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa kapuściana z ziemniakami i majerankiem gotowana na maśle 250 ml Gruszka 30 g Alergeny: 9
Podwieczorek godz.15:00	Mandarynka 70 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie
Czwartek, 03.04.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Płatki ryżowe gotowane z mlekiem 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne, razowe) z masłem 15 g Szynka z piersi indyka 8 g Ser żółty 10 g Dżem z agrestu o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Dodatki warzywne: sałata, ogórek zielony, kielki lucerny, rzodkiewka, papryka Herbata malinowa 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Ciasto drożdżowe własne 70 g Gruszka 50 g Alergeny: 1,3,7,13
Obiad II danie godz.12:00	Ziemniaki gotowane z koperkiem 120 g Ryba miruna na parze w ziołach 80 g Bukiet warzyw gotowane 100 g Ogórek kiszony 40 g Kiwi 40 g Napój z cytryn i pomarańczy 200 ml Alergeny: 1,4,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa brokułowo-kalafiorowa z makaronem i natką pietruszki gotowana na maśle 250 ml Kalarepa 40 g Alergeny: 1,7,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Jabłko 100 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Piątek, 04.04.2025

Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Koktajl na bazie kefiru z musli, truskawką i borówką amerykańską 150 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne, żytnie z pestkami słonecznika, bułeczka wiejska) Masło naturalne 15 g Szynka gotowana z kurczaka 10 g Pasta z ryby i jaj ze szczypiorem 10 g Dodatki warzywne: ogórek kiszony, kiełki lucerny, pomidorek koktajlowy, rzodkiewka Herbata czarna 150 ml Alergeny: 1,3,4,6,7,8,9,10,12,13
Śniadanie II godz.10:00	Mandarynka 60 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Ryż biały z zapiekanyim jabłuszkiem w sosie z cynamonem i śmietaną 250 g Jarzynka z marchwi 100 g Banan 60 g Kompot z owoców mieszanych 200 ml Alergeny: 1,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Barszcz biały z ziemniakami i natką pietruszki gotowany na białej kiełbasce 250 ml Pomarańcza 30 g Alergeny: 1,3,6,7,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Melon 50 g Ciasto drożdżowe własne 40 g Alergeny: 1,3,7,13 W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie
Poniedziałek, 07.04.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Kawa zbożowa z gotowanym mlekiem 200 ml Stół szwedzki gr 3 i 4 Pieczywo mieszane 70 g (pszenne i razowe z pestkami słonecznika) z masłem 15 g Szynka wieprzowa gotowana 8 g Ser biały 10 g Dodatki warzywne: sałata, ogórek zielony, kiełki rzodkiewki, pomidorek koktajlowy Dżem z kiwi o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Herbata ziołowa z mięty 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Ciasto drożdżowe 60 g Truskawka 30 g Alergeny: 1,3,7,13
Obiad II danie godz.12:00	Tortellini (pierożki) z mięsem wołowym 200 g w sosie dyniowym Fasolka szparagowa gotowana 100 g Mix sałat ze śmietaną jogurtową 100 g Borówka amerykańska 40 g Kompot wiśniowy 200 ml Alergeny: 1,3,6,7,9,13
Obiad I danie zupa 14:15	Kapuśniak z ziemniakami i majerankiem gotowany na mięsie wołowym 250 ml Kalarepa 30 g Alergeny: 9
Podwieczorek godz.15:00	Gruszka 100 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Wtorek, 08.04.2025

Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Płatki jęczmienne gotowane z mlekiem 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne i żytnie z marchewką) z masłem 15 g Szynka z piersi indyka 8 g Ser kozi 10 g Dodatki warzywne: sałata karbowana, ogórek zielony, pomidorek koktajlowy, kielki pora Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Herbata czarna 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Pomarańcza 60 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Kluseczki gnocchi z pesto bazyliowym 200 g Brokuł gotowany 100 g Ogórek kiszony w kawałku 40 g Kiwi 40 g Woda z cytryną 200 ml Alergeny: 1,3,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki gotowana na kurczaku sielskim 250 ml Borówka amerykańska 30 g Alergeny: 1,7,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Melon 100 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie
Środa, 09.04.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Koktajl na bazie maślanki z musli tropikalne 150 ml Pieczywo mieszane 100 g (pszenne, żytnie z pestkami słonecznika) z masłem 15 g Szynka gotowana z piersi indyka 8 g Pasta z sera koziego 10 g Dodatki: sałata, kielki pora, rzodkiewka, rukola, ogórek kiszony, pomidorek koktajlowy Herbata wiśniowa 150 ml Alergeny: 1,6,7,8,9,10,11,12,13
Śniadanie II godz.10:00	Mus w tubce z jabłek i bananów 100 ml Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Makaron z białym serem w sosie truskawkowym z jogurtem i śmietaną 250 m Jarzynka z marchwi 100 g Banan/jabłko 50 g Kompot z czarnej porzeczki 200 ml Alergeny: 1,3,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa krupnik z ziemniakami i natką pietruszki gotowana na maśle 250 ml Gruszka 30 g Alergeny: 1,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Babeczki z kremem budyniowym i owocami 1 szt Alergeny: 1,3,7,13 W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Czwartek, 10.04.2025

Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Koktajl z jogurtem, malinami i musli 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne i razowe) z masłem 15 g Tortilla z łososiem 20 g Dodatki warzywne: sałata karbowana, ogórek kiszony, rzodkiewki, szczypior, kielki lucerny Pasta z ryby w pomidorach 10 g Pasta z jaj ze szczypiorem 10 g Napar z owoców pomarańczy i cytryn 150 ml Alergeny: 1,3,4,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Babeczki z kremem budyniowym i owocami (mandarynka, ananas, brzoskwinia) 2 szt Alergeny: 1,3,7,13
Obiad II danie godz.12:00	Ryż biały 120 g Piers z kurczaka 60 g w sosie pomidorowym Sałatka z brokułem 100 g Surówka z sałaty lodowej, papryki, rzodkiewki i ogórka kiszzonego i bazylii 100 g Truskawka 40 g Kompot z owoców mieszanych 200 ml Alergeny: 1,3,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa pieczarkowa z ziemniakami i natką pietruszki gotowana na maśle 250 ml Chipsy owocowo - warzywne 20 g (jabłko, burak) Alergeny: 7,9
Podwieczorek godz.15:00	Banan 100 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie
Piątek, 11.04.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Koktajl z maślanką, truskawkami, żurawiną i jabłuszkiem 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne i żytnie, bułeczki razowe) z masłem 15 g Twarożek z rzodkiewką 10 g Dodatki warzywne: sałata karbowana, ogórek zielony, pomidorek koktajlowy, kielki lucerny Herbata miętowa 150 ml Alergeny: 1,7,12,13
Śniadanie II godz.10:00	Banan 90 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Ziemniaki gotowane z koperkiem 120 g Ryba miruna na parze w ziołach 80 g Marchewka gotowana 40 g Mix sałat z papryką, rzodkiewką, szczypiorem w sosie jogurtowym 90 g Słupki papryki 30 g Winogrona zielone i ciemne drobno pokrojone 50 g Woda z cytryną 200 ml Alergeny: 1,4,7,9,13
Obiad I danie zupa 14:15	Barszcz czerwony z ziemniakami i natką pietruszki gotowana na mięsie wołowym 250 ml Melon 30 g Alergeny: 7,9
Podwieczorek godz.15:00	Mandarynka 1 szt Ciasteczka różne - wypiek kuchni przedszkolnej Alergeny: 1,3,,7,13 W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Poniedziałek, 14.04.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Kakao gotowane z mlekiem 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne i żytnie z pestkami słonecznika) Masło naturalne 15 g Szyńka wieprzowa gotowana 8 g Ser żółty 10 g Dodatki warzywne: sałata, ogórek kiszony,, rzodkiewka, kielki lucerny Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Herbata czarna 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Pomarańcza 90 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Naleśniki z białym serem 2 szt + dokładki - własne - w polewie truskawkowej z jogurtem i śmietaną 150 ml Jarzynka z marchwi 100 g Banan 50 g Kompot z owoców mieszanych 200 ml Alergeny: 1,3,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa szczawiowo-szpinakowa z ziemniakami i natką pietruszki gotowana na rosole 250 ml Kiwi 40 g Alergeny: 1,3,7,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Jabłko 100 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie
Wtorek, 15.04.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200 ml Pieczywo mieszane 100 g (pszenne, żytnie z pestkami słonecznika) z masłem 15 g Ser mozzarella z suszonymi pomidorami 10 g Tortilla pszenna z dodatkami 30 g: szynka wieprzowa gotowana, łosoś wędzony, pesto paprykowe, ser biały, sałata) Paszтет sojowy z koperkiem i zielonym ogórkiem 10 g Herbata malinowa 150 ml Alergeny: 1,3,6,7,9,13
Śniadanie II godz.10:00	Kisiel z wiśni i truskawek 150 ml - własny Ciasteczka mix 2 szt - wypiek własny Alergeny: 1,3,13
Obiad II danie godz.12:00	Ziemniaki gotowane z koperkiem 120 g Kotlet mielony pieczony z szynki wieprzowej 70 g Sałatka z buraczków i jabłek ze śmietaną jogurtową 100 g Ogórek kiszony w kawałku 40 g Pomarańcza 50 g Kompot z owoców mieszanych 200 ml Alergeny: 1,3,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa ryżanka z natką pietruszki gotowana na kurczaku sielskim 250 ml Melon/kiwi 40 g Alergeny: 1,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Mandarynka 1 sztuka Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Środa, 16.04.2025

Środa, 16.04.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Koktajl na bazie kefiru z bananem 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne, żytnie z pestkami słonecznika, bułeczka wiejska) Masło naturalne 15 g Szynka gotowana wieprzowa 10 g Humus z suszonymi pomidorami 10 g Dodatki warzywne: sałata, ogórek kiszony, kielki lucerny, papryka, rzodkiewka Herbata ziołowa z melisy 150 ml Alergeny: 1,5,6,7,8,9,10,13
Śniadanie II godz.10:00	Ciasteczka z serkiem kozim, brzoskwinia, ananasem i granatem 50 g Napój cytrynowy 150 ml Alergeny: 1,7,13
Obiad II danie godz.12:00	Kasza pęczak 120 g pulpety z udźca indyka 70 g w sosie chrzanowym Sałatka z kapusty czerwonej z jabłkiem i oliwą 100 g Papryka w kawałku 40 g Borówka amerykańska 40 g Woda z cytryną 200 ml Alergeny: 1,3,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki gotowany na mięsie z indyka 250 ml Kalarepa 30 g Alergeny: 1,7,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Melon 100 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie
Czwartek, 17.04.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 ml Pieczywo mieszane 100 g (pszenne, żytnie z pestkami słonecznika) z masłem 15 g Szynka z piersi indyka 10 g Serek biały 10 g Dodatki warzywne: sałata, ogórek kiszony, kielki pora, szczypior, rzodkiewka Dżem truskawkowy o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Herbata czarna 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Jabłko 100 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Ziemniaki gotowane z koperkiem 120 g Kotlet schabowy pieczony 80 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Surówka mieszana z sałatą lodową, papryką, pomidorkiem malinowym, szczypiorem i kukurydzą w sosie winegret 90 g Arbuz 50 g Napój z gruszek i jabłek 200 ml Alergeny: 1,3,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa krupnik z natką pietruszki gotowana na kurczaku sielskim 250 ml Gruszka 30 g Alergeny: 1,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Banan 1 sztuka Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Piątek, 18.04.2025

Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Koktajl z jogurtem, borówką amerykańską i musli 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne, razowe, bułeczki żytnie z nasionami) z masłem 15 g Szynka z gotowanego kurczaka 10 g Serek meksykański 10 g Dodatki warzywne: sałata, ogórek zielony, rzodkiewka, pomidorek koktajlowy, kiełki lucerny Herbata ziołowa z rumianku 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Banan 100 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Ryż biały gotowany z koperkiem 120 g Ryba tuńczyk 70 g w sosie pomidorowym z warzywami 100 g: zielony groszek, oliwki, cebula, marchew Ogórek kiszony w kawałku 80 g Arbuz 50 g Napój z cytryn z limonką, pomarańczy z miodem akacjowym 200 ml Alergeny: 1,4,13
Obiad I danie zupa 14:15	Żurek z ziemniakami i natką pietruszki gotowany na białej kiełbasce 250 ml Gruszka 30 g Alergeny: 1,7,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Mandarynka 60 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie
Wtorek, 22.04.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Koktajl z jogurtem, bananem i musli 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne, razowe, bułeczki żytnie z nasionami) z masłem 15 g Kiełbasa krakowska 8 g Pasztet vege z pomidorami 10 g Dodatki warzywne: sałata, rukola, ogórek kiszony, rzodkiewka, pomidorek koktajlowy Herbata czarna 150 ml Alergeny: 1,5,6,7,8,9,10,11,12,13
Śniadanie II godz.10:00	Mandarynka 60 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Kluseczki gnocchi szpinakowe w sosie dyniowo-pomidorowym 250 g Surówka z sałata lodowej ze szczypiorem i śmietaną jogurtową 90 g Melon 40 g Kompot wiśniowy 200 ml Alergeny: 1,3,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki gotowana na wędzonce 250 ml Kalarepa 30 g Alergeny: 7,9
Podwieczorek godz.15:00	Mus owocowy w tubce 1 szt (100 ml) (jabłko, banan, truskawka) Cripsy z gruszki (suszone owoce) Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Środa, 23.04.2025

Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Kasza manna gotowana z mlekiem 200 ml Pieczywo mieszanego 70 g (pszenne i razowe) z masłem 15 g Szynka gotowana z piersi indyka 10 g Ser żółty 10 g Dodatki warzywne: sałata, rzodkiewka, keczup Dżem ze śliwek o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Herbata owocowy sad 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Kisiel z wiśni 150 ml - własny Gruszka 50 g Alergeny: 1,13
Obiad II danie godz.12:00	Ziemniaki gotowane z koperkiem 120 g Szynka wieprzowa gotowana w sosie cebulowym 80 g Brukselka gotowana 100 g Papryka w kawałku 40 g Banan 50 g Kompot z owoców mieszanych 200 ml Alergeny: brak
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa ogórkowa z ryżem i natką pietruszki gotowana na maśle 250 ml Pomarańcza 30 g Alergeny: 1,7,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Jabłko 100 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie
Czwartek, 24.04.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200 ml Pieczywo mieszane 100 g (pszenne, razowe) z masłem 15 g Szynka wieprzowa gotowana 8 g Ser kozi 10 g Dodatki warzywne: sałata, zielony ogórek, papryka Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Herbata miętowa 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Kiwi 60 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Ryż mieszany biały i brązowy 120 g Podudzie kurczaka 1 szt pieczone w czosnku Gotowana marchew 50 g Ogórek małosolny 50 g Gruszka 50 g Napój z jabłek, cynamonu i goździków 200 ml Alergeny: 1,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa grochowa z ziemniakami i natką pietruszki gotowana na wędzonce 250 ml Kalarepa 30 g Alergeny: 9
Podwieczorek godz.15:00	Mandarynka 60 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Piątek, 25.04.2025

Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Koktajl z maślanką, bananem i musli 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne, razowe, bułeczki żytnie z nasionami) z masłem 15 g Szynka gotowana z piersi indyka 8 g Twarożek waniliowy 10 g Dodatki warzywne: sałata, ogórek małosolny, rzodkiewka, papryka Herbata owoce sadu 150 ml Alergeny: 1,5,7,8,11,12,13
Śniadanie II godz.10:00	Mandarynka 50 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Ziemniaki gotowane z koperkiem 120 g Ryba miruna na parze w ziołach 80 g Marchew mini gotowane 100 g Surówka z kapusty kiszzonej i jabłek z oliwą 90 g Arbuz 50 g Woda z cytryną i pomarańczą 200 ml Alergeny: 4
Obiad I danie zupa 14:15	Krupnik z ziemniakami i natką pietruszki gotowany na maśle 250 ml Gruszka 30 g Alergeny: 1,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Bułeczki drożdżowe z dżemem śliwkowym 1 sztuka - wypiek własny Alergeny: 1,3,7,13 W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie
Poniedziałek, 28.04.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 200 ml Kanapki z pieczywa mieszanego 80 g (pszenne, razowe) z masłem 15 g Szynka z piersi indyka gotowana 8 g z sałatą, zielonym ogórkiem i kiełkami pora Ser żółty 10 g z rzodkiewką Dżem śliwkowy o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Herbata owoce sadu 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Jabłko 100 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Ziemniaki gotowane z koperkiem 120 g Ryba miruna na parze z bazylią, suszonymi pomidorami i czosnkiem 80 g Sałatka z kapusty czerwonej z jogurtem naturalnym 100 g Ogórek małosolny 40 g Mandarynka 50 g Kompot z czarnej porzeczki 200 ml Alergeny: 1,4,7,9,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa koperkowa z makaronem literki i natką pietruszki gotowana na rosole 250 ml Kalarepa 30 g Alergeny: 1,3,7,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Mus owocowy w tubce 1 szt (100 ml) (jabłko, banan, truskawka) Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Wtorek, 29.04.2025

Śniadanie I godz.8:30	Koktajl z jogurtem naturalnym, borówką amerykańską i musli 200 ml Kanapki z pieczywa mieszanego 80 g (pszenne, razowe) z masłem 15 g Szyńka gotowana wieprzowa 8 g, sałata, zielony ogórek, kiełki lucerny Paszтет sojowy z pomidorkiem koktajlowym 10 g Herbata ziołowa rumiankowa 150 ml Alergeny: 1,3,5,6,7,8,9,10,11,12,13
Śniadanie II godz.10:00	Melon 100 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Tortellini z pesto bazyliowym 200 g Marchew mini gotowana 100 g Papryka kolorowa w kawałku 40 g Kiwi 40 g Kompot z owoców mieszanych 200 ml Alergeny: 1,3,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa jarzynowa z młodą kapustą i ziemniakami z natką pietruszki gotowana na maśle 250 ml Gruszka 30 g Alergeny: 7,9
Podwieczorek godz.15:00	Jabłko 100 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Środa, 30.04.2025

Śniadanie I godz.8:30	Zupa mleczna z kaszą manną 200 ml Kanapki z pieczywa mieszanego 80 g (pszenne, żytnie) z masłem 15 g Szyńka z piersi indyka gotowana 8 g z sałatą, papryką i kiełkami pora Mozzarella 10 g z pomidorkiem koktajlowym Dżem śliwkowy o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Herbata czarna 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Banan 100 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Ziemniaki gotowane z koperkiem 120 g Kotlet mielony pieczony z szynki wieprzowej 70 g Fasolka szparagowa żółta gotowana 100 g Surówka zielona z sałatą lodową, zielonym ogórkiem, małosolnym ogórkiem i szczypiorem ze śmietaną 90 g Truskawka 40 g Kompot z owoców mieszanych 200 ml Alergeny: 1,3,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki gotowana na kurczaku sielskim 250 ml Jabłko 40 g Alergeny: 1,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Mandarynka 60 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie