

Pon.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania, ser żółty królewski 20g, ogórek 10g, jabłka 100g BM: Pieczywo BakeMania, ser żółty bez mleka 20g, ogórek zielony 10g, jabłka 100g	Zupka: Pomidorowa z ryżem, por, seler, świeży koperek 250ml	II danie: Sos warzywny z kalafiozem, kukurydzą, cukinią i marchewką z wieprzowym mięskiem mielonym 100ml, kasza bulgur 120g Kompot jabłkowy 100ml	Podwieczorek: Własnego wyrobu koktajl mleczny z truskawkami i brzoskwiniami 130g BM: Mus owocowy (banan, truskawka, brzoskwinia, jabłko) 130g
Wt.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania z masłem 40g, serek wiejski 30g, ogórek zielony 15g, owsianka na mleku z żurawiną 150ml BM: Pieczywo BakeMania z margaryną roślinną 40g, serek biały bez mleka 30g, ogórek zielony 15g, owsianka na mleku owsianym z żurawiną 150ml	Zupka: Brokułowa z ziemniakami, marchewką, porem i selerem 250ml	II danie: Kotlet z fileta kurczaka i kalafiora 60g, ziemniaki puree 120g, fasolka szparagowa z olejem słonecznikowym 60g Kompot z truskawek 100ml	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g z granolą 30g BM: Budyń śmietankowy na mleku owsianym z sokiem z malin 130g
Śr.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania z masłem 50g, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g, papryka, rukola, sałata lodowa 15g, banan 60g BM: Pieczywo żytnie 50g z margaryną roślinną, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g, papryka, rukola 10g, banan 60g	Zupka: Jarzynowa z kalafiozem, marchewką i brukselką z ryżem i koperkiem 250ml	II danie: Gulasz z szynki z soczewicą 80g, kasza jęczmienna 120g, buraki czerwone 60g Kompot z truskawek 100ml	Podwieczorek: Własnego wypieku ciasteczka kruche 2 szt., kakao na mleku 100ml BM: Własnego wypieku ciasteczka kruche 2 szt., kakao na mleku owsianym 100ml
Czw.	ŚWIĘTO			
Pt.	DZIEŃ WOLNY			

W jadłospisie oznaczono wytłuszczonym drukiem występujące w posiłkach substancje i produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji zgodnie z Rozporządzeniem Nr 1169/2011

Pon.	Śniadanie: Grahamka 50g, masło 4g, twarożek śmietankowy ze szczypiorkiem i awokado 30g, ogórek zielony 10g, jabłka 100g BM: Grahamka 50g, ogórek zielony 10g, humus z ciecierzycy 15g, jabłka 100g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupa: Minestrone z brukselką, cukinią, marchewką, fasolką porem i makaronem literki 250ml	II danie: Makaron kokardki 120g z sosem „carbonara” 100g BM: Makaron kokardki 120g z sosem z warzyw (kalafior, brokuł, marchew) 100g Woda z cytryną i świeżą miętą 100ml	Podwieczorek Smoothie mleczno-jagodowo-bananowe z daktylami suszonymi 150g BM: Smoothie bananowo-jagodowe z daktylami suszonymi 150g
Wt.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g z masłem 4g, pasta jajeczna 30g, zielona sałata, pestki słonecznika 15g, płatki kukurydziane na mleku 150ml BM: Pieczywo BakeMania 50g, pasta jajeczna 30g, ogórek, roszponka, pestki słonecznika 15g, płatki kukurydziane na mleku owsianym 150ml Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Krupnik z kaszą jęczmienną, ziemniaczki i świeża pietruszka 250ml	II danie: Leczo drobiowe (indyk i kurczak) z cukinią, papryką, ciecierzycą i groszkiem z ryżem 220g Kompot z rabarbarem 100ml	Podwieczorek: Twarożek waniliowy 120g, wafel kukurydziany 20g BM: Budyń waniliowy 120g, wafel kukurydziany 20g
Śr.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g, masło 50g, szynka z indyka 15g, sałata, pomidor 10g, gruszka 60g BM: Pieczywo BakeMania 50g, szynka z indyka 15g, sałata, pomidor 10g, gruszka 60g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Barszcz ukraiński z ziemniakami, marchewką, porem selerem i fasolą czerwoną 250ml	II danie: Kotlet mielony drobiowo-warzywny 60g, ziemniaki 120g, surówka z kapusty białej, marchewki i kukurydzy 60g Kompot jabłkowo-porzeczkowy 100ml	Podwieczorek: Jabłka, gruszki 150g
Czw.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g, masło 50g, jajko gotowane 25g, pomidory, pestki dyni 15g, kuleczki mozzarelli 20g BM: Pieczywo BakeMania 50g, jajko gotowane 25g, pomidory, roszponka, pestki dyni 15g, ser żółty 20g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Kwaśnica z ziemniakami, marchewką, gotowana na wędzonych żeberkach 250ml	II danie: Gulasz z szynki 80g z soczewicą, ziemniaki z koperkiem 120g, mini marchewki 60g Lemoniada cytrynowa 100ml	Podwieczorek: Kisiel z owocami (jabłko) 150ml
Pt.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g masło, ser żółty Gouda 20g, paski kalarepy, marchewki, ogórka 40g BM: Pieczywo BakeMania 50g, ser żółty bez mleka 20g, paski kalarepy, marchewki, ogórka 40g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Zupa krem z pomidorów z grzankami 250ml	II danie: Kluseczki śląskie 120g, sos z ciecierzycy, papryki, cukinii i brokuła 100g Lemoniada z nutą imbiru 100ml	Podwieczorek: Naleśniki z frużeliną truskawkową własnego wyrobu bez cukru BM: Naleśniki z dżemem truskawkowym własnego wyrobu bez cukru

Pon.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g, masło 3g, twarożek śmietankowy z rzodkiewką 30g, ogórek zielony 10g, jabłka 100g BM: Pieczywo BakeMania 50g, humus 20g, ogórek zielony 10g, jabłka 100g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Pomidorowa z ryżem 250ml	II danie: Makaron Spaghetti z sosem z mięskiem drobiowym (indyk i kurczak), pomidorami i świeżą bazylią Kompot wiśniowy 100ml	Podwieczorek: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 100g BM: Budyń na mleku owsianym 100g
Wt.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g, masło 50g, pasta jajeczna 30g, ogórek kiszony, sałata, pestki słonecznika 15g, kaszka jaglana 150g BM: Pieczywo BakeMania 50g, pasta jajeczna 30g, ogórek kiszony, roszponka, pestki słonecznika 15g, banan 60g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Rosół z makaronem, marchewką, porem i selerem 250ml	II danie: Kotlet z szynki i kalafiora 60g, ziemniaki 120g, mini marchew gotowana z oliwą z oliwek 60g Kompot jabłkowo-porzeczkowy 100ml	Podwieczorek: Owoce: jabłka, banany i borówki 100g
Śr.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g, masło, szyneczka drobiowa z indyka 90% mięsa 50g, ogórek, rukola 10g, jogurt truskawkowy 100ml BM: Szyneczka drobiowa z indyka 90% mięsa 50g, pieczywo BakeMania 50g, ogórek, rukola 10g, roślinny jogurt truskawkowy 100g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Ogórkowa z ziemniakami, marchewką, porem i 250ml	II danie: Gulasz z warzywami (marchew, por) z soczewica 80g, kasza jęczmienna 100g, sałatka z kapusty pekińskiej, ogórków, papryki i kukurydzy i marchewki 50g Lemoniada z pomarańczą 100ml	Podwieczorek: Pancake orkiszowe z własnej produkcji dżemem truskawkowym 120g, borówki
Czw.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g, masło 50g, jajecznica parowana 50g, pomidory, rukola, pestki dyni 15g, jabłko 60g BM: Pieczywo BakeMania 50g, jajecznica parowana 50g, pomidory, rukola, pestki dyni 15g, jabłko 60g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Barszcz ukraiński na botwinie, ziemniaczki, marchewka 250ml	II danie: Kawałki kurczaka z pary w sosie dyniowym, kasza gryczana BIO 120g, buraczki czerwone 60g Kompot z rabarbaru i jabłka 100ml	Podwieczorek: Ciasteczka owsiane z żurawiną, kakao 150ml
Pt.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g z masłem, ser żółty, paski kalarepy, marchewki, ogórka 30g BM: Pieczywo BakeMania 50g, ser żółty bezmleczny 15g, paski kalarepy, marchewki, ogórka 30g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Krupnik z ziemniakami, marchewką porem 250ml	II danie: Paluszki rybne (min. 65% mięsa z filetów ryb białych) 60g, ziemniaczki ze świeżym koperkiem 100g, surówka z kapusty kiszonej 60g Kompot z owoców leśnych 100ml	Podwieczorek: Banan 120g

W jadłospisie oznaczono wytłuszczonym drukiem występujące w posiłkach substancje i produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zgodnie z Rozporządzeniem Nr 1169/2011

Pn.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g, masło 3g, twarożek śmietankowy ze szczypiorkiem i awokado 30g, ogórek 10g, banan 100g BM: Pieczywo BakeMania 50g, smalczyk z fasoli białej 20g, ogórek 10g, banan 100g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Minestrone z pomidorami, selerem, porem, kalafiozem, brokułem, brukselką i drobnym makaronem 250ml	II danie: Kawałki kurczaka w sosie słodko – kwaśnym z cukinią, marchewką i ryżem 220g Kompot z jabłek i aronii 100ml	Podwieczorek: Koktajl mleczno-owocowy na maślanie z brzoskwinia, bananem i marchewką 150ml BM: Koktajl owocowy z brzoskwinia, bananem i marchewką z mlekiem ryżowym 150ml
Wt.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g z masłem, pasta jajeczna z łososiem 30g, ogórek, roszponka 10g, owsianka z borówkami 150g BM: Pieczywo BakeMania 50g, pasta jajeczna z łososiem 30g, ogórek, roszponka 10g, gruszka 60g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Żurek z ziemniakami, marchewką i kiełbaską 250ml	II danie: Klopsiki z szynki, sos koperkowy 70g, warzywa z pary (kalafior, brokuł, marchewka) 60g, kasza bulgur 120g, Lemoniada ze świeżą miętą 100ml	Podwieczorek: Jabłko 100g, chrupki kukurydziane 15g
Śr.	Śniadanie Pieczywo BakeMania 50g z masłem 4g, paróweczki z indyka 40g, pomidor, ogórek 15g, banan 100g BM: Pieczywo BakeMania 50g, paróweczki z indyka 40g, pomidor, ogórek 15g, banan 100g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Kapuśniak ze świeżej kapusty z marchewką i ziemniakami 250ml	II danie: Pierogi ruskie 180g ze śmietaną BM: Kluski śląskie z warzywami i sosem koperkowym 200g	Podwieczorek: Budyń śmietankowy 150ml, polewa owocowa 20g BM: Budyń waniliowy na mleku owsianym 150g, polewa
Czw.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g z masłem, jajecznica parowana 50g, warzywa: sałata pomidor, pestki dyni, pomarańcz 100g BM: Jajecznica parowana 50g, pieczywo BakeMania 50g, warzywa: sałata, pomidor, pestki dyni 10g, pomarańcz 100g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Ogórkowa z ryżem, ziemniakami, marchewką, pietruszką i selerem 250ml	II danie: Jeżyki z mięsa mielonego z kurczaka i indyka, ryżu i kapusty białej 120g, sos pomidorowy 50g Kompot z truskawek 100ml	Podwieczorek: Twarożek STRACIATELLA 140g BM: Budyń na mleku ryżowym 140g
Pt.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g, masło, pasta twarogowa z soczewicą i szczypiorkiem 25g, warzywa paski 30g (papryka, ogórek, rzodkiewki) BM: Pieczywo BakeMania 50g, z pastą z soczewicy i cieciorke 25g, warzywa paski 30g (papryka, ogórek, rzodkiewki) Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Z ziemniaczkami, kolorową fasolką, szparagową, marchewką, porem i selerem 250ml	II danie: Makaron świderki z sosem owocowym (truskawka) na maślanie i serku twarogowym 220g BM: Makaron świderki 120g, polewa truskawkowo-bananowa 120g Kompot z owoców leśnych 100ml	Podwieczorek: Banan, jabłko 150g

W jadłospisie oznaczono wytłuszczonym drukiem występujące w posiłkach substancje i produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zgodnie z Rozporządzeniem Nr 1169/2011

Jadłospis dieta podstawowa i bezmleczna 26.05.25 r. – 30.05.25 r.

Pon.	Śniadanie: Grahamka 50g, masło 4g, twarożek śmietankowy ze szczypiorkiem i awokado 30g, ogórek zielony 10g, jabłka 100g BM: Grahamka 50g, ogórek zielony 10g, humus z ciecierzycy 15g, jabłka 100g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Wiosenna z brukselką, cukinią, marchewką, porzem i makaronem literki 250ml	II danie: Kawałki kurczaka w sosie szpinakowym 100ml, kasza gryczana 120g Woda z cytryną i świeżą miętą 100ml	Podwieczorek Smoothie mleczno-jagodowo-bananowe z daktylami suszonymi 150g BM: Smoothie bananowo-jagodowe z daktylami suszonymi 150g
Wt.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g, serek kremowy z rzodkiewką 30g, owsianka na mleku z rodzynekami 150ml BM: Pieczywo BakeMania 50g, humus z soczewicy 30g, rzodkiewka 10g, owsianka na mleku owsianym z rodzynekami 150ml Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Brokułowa z ziemniakami, marchewką, porzem i selerem 250ml	II danie: Potrawka z kurczaka z marchewką i groszkiem 100g, ryż 120g Kompot jabłkowy 100ml	Podwieczorek: Koktajl mleczny z truskawkami i brzoskwiniami 130g BM: Mus owocowy (banan, truskawka, brzoskwinia, jabłko) 130g
Śr.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g, masło z serem żółtym 20g, ogórek zielony 15g, jabłko 100g BM: Pieczywo BakeMania 50g z serem żółtym bez mleka 20g, ogórek zielony 15g, jabłko 100g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Jarzynowa z kalafiemem, brokułem, marchewką, brukselką i ryżem 250ml	II danie: Spaghetti pomidorowe z mięsem drobiowym (indyk i kurczak) z makaronem 220g Kompot z truskawki 100ml	Podwieczorek: Własnego wypieku ciasto biszkoptowe z porzeczką 80g BM: Ciasto marchewkowe własnego wypieku 80g
Czw.	Śniadanie: Jajecznicza parowana 50g, pieczywo BakeMania z masłem 50g, warzywa: ogórek, papryka, marchewka, schab pieczony 15g BM: Jajecznicza parowana 50g, pieczywo BakeMania 50g, warzywa: ogórek, papryka, marchewka, własnego wyrobu, schab pieczony 15g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Krupnik z ziemniaczkami, marchewką i selerem 250ml	II danie: Ryż z jabłkami 200g, polewa truskawkowa 40g Kompot gruszkowy 100ml	Podwieczorek: Pomarańcz 100g, chrupki kukurydziane 10g
Pt.	Śniadanie: Pieczywo pszenno-żytnie z masłem 4g z pastą twarogową i soczewicą 25g, ogórek, rzodkiewka, rukola 15g, jabłka 80g BM: Pieczywo razowe 40g z pastą z soczewicy i ciecierzycy 25g, ogórek, rukola, rzodkiewka 15g, jabłka 80g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ humusem	Zupka: Barszcz czerwony z ziemniaczkami, marchewką, selerem i porzem 250ml	II danie: Paluszki rybne (min. 65% mięsa z filetów ryb białych) 60g, ziemniaczki z koperkiem świeżym 100g, surówka wiosenna 60g Kompot z truskawek 100ml	Podwieczorek: Kisiel malinowy z jabłkiem 150ml

W jadłospisie oznaczono wytłuszczonym drukiem występujące w posiłkach substancje i produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zgodnie z Rozporządzeniem Nr 1169/2011