

Jadłospis - Zerówka

Poniedziałek 15.09.2025r.

Śniadanie:

Kasza manna na mleku -7 (mleko 2 % , kasza manna), Chałka z masłem i miodem(chałka(pszenica), masło(mleko) 1,7 Mleko– 7 (mleko 2%)

I danie

Zupa krupnik –7,9 (woda, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, ziemniaki, koper, kasza jęczmienna, por, przyprawy: sól, pieprz, majeranek)

II danie

Racuchy drożdżowe z jabłkiem – 1,3,7 (mąka pszenna, mleko, drożdże, cukier trzcinowy, jaja, olej, jabłko) Sałatka owocowa (pomarańcz, banan, gruszka, winogron, kiwi) Jogurt owocowy pitny – 7 (jogurt naturalny, truskawka)

Podwieczorek

Ciastko kruche- wyrób własny - 1,3,7 (mąka pszenna, cukier, masło, jaja), herbata z cytryną

Wtorek 16.09.2025r.

Śniadanie:

Makaron z mlekiem -1,3,7 (mleko 2%, jaja, mąka tortowa pszenna), Bułka duża z masłem, ser żółty(mleko), sałata,-1a,7 (bułka pszenna (pszenica), masło (mleko), ser żółty (mleko), sałata , Kawa Inka na mleku – 1, 7 (mleko 2%, kawa inka, miód)

I danie

Zupa z fasolki szparagowej – 7,9 (woda, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, natka pietruszki, por, śmietana słodka(mleko), przyprawy: sól ,pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

II danie

Ziemniaki, kotlet drobiowy, buraczki z cebulką – 1, 3(ziemniaki, filec z kurczaka, bułka tarta(pszenica), jaja, mąka(pszenica, olej, buraczki, cebula, przyprawy: sól, pieprz) Sok owocowo – warzywny (marchew, jabłko, gruszka)

Podwieczorek

Kisiel z owocami (wiśnia mrożona, mąka ziemniaczana, miód) chrupki kukurydziane

Środa 17.09.2025r.

Śniadanie:

Płatki na mleku – 1,7 (mleko 2%, płatki), Bułka bagietka z masłem, jajko gotowane-1a,1b,3, (bułka (pszenica), masło (mleko) jaja, bukiet warzyw (pomidor, ogórek, rzodkiewka, szczypior), Kakao – 1,7 (mleko 2%, kakao, miód)

I danie

Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty - 9 (woda, ziemniaki, seler, pietruszka, kapusta kiszona, marchewka, por przyprawy – sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

II danie

Kluski leniwe z serem polane bułką tartą, - 1,3,7 (ziemniaki, mąka, ser biały(mleko), jaja, olej, masło(mleko), bułka tarta) Sałatka owocowa (banan, pomarańcza, kiwi, jabłko, gruszka, brzoskwinie) Kompot (wiśnia, porzeczka, woda,miód 5g)

Podwieczorek

Gofry z frużeliną z wiśni -1,3,7(mleko 2%, mąka pszenna (pszenica), jaja, wiśnia, proszek do pieczenia) herbata owocowa

Czwartek 18.09.2025r.

Śniadanie:

Kasza kukurydziana na mleku- 7(mleko 2%, kasza kukurydziana), Bułka wrocławska z masłem pomidor, szczypior, wędlina 1a,7 (bułka wrocławska (pszenica), masło (mleko), pomidor, wędlina, szczypior, Mleko -1.7 (mleko 2%)

I danie

Zupa szpinakowa – 7,9 (woda, ziemniaki, marchewka, seler, por, pietruszka, czosnek, szpinak, śmietana słodka (mleko), koper, przyprawy: sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy)

II danie

Ryż, mięso drobiowe szarpane,(ryż, pałka z kurczaka, papryka słodka, sól, pieprz, olej) marchewka z groszkiem (marchew, groszek, masło(mleko)śmietana słodka 18%(mleko)) Kompot (wiśnia, porzeczka ,woda, miód)

Podwieczorek

Bułka na parze z musem owocowym – 1,3,7 (mąka (pszenica), jaja, mleko, drożdże, truskawki, jogurt naturalny(mleko)

Piątek 19.09.2025r.

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku -1,7 (płatki owsiane, mleko 2%), Chleb zwykły z masłem, ser biały, szczypior, papryka czerwona -1,7 (chleb zwykły pszenica, masło (mleko), ser biały(mleko), szczypior, papryka czerwona), Kawa zbożowa na mleku – 1,7 (mleko 2%, kawa zbożowa, miód)

I danie

Zupa brokułowo - kalafiorowa– 7,9 (woda, ziemniaki, brokuł, kalafior, seler, pietruszka, śmietana słodka 18% (mleko)marchewka, natka pietruszki, por, przyprawy-sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy)

II danie

Ziemniaki, sos pomidorowy, paluszki rybne – 3,4,7 (ziemniaki, ryba morszczuk, jaja, bułka tarta(pszenica), mąka tortowa(pszenica),olej przecier pomidorowy ,pomidory, śmietana słodka 18%(mleko), przyprawy: sól, pieprz) Woda z cytryną

Podwieczorek

Biszkopcy (pszenica), tarta marchew z jabłkiem, herbata z cytryną

Poniedziałek 22.09.2025r.

Śniadanie:

Ryż na mleku – 1,7 (ryż, mleko 2%) Rogal z masłem i dżemem – 1,7 (rogal (pszenica) masło, (mleko) dżem, Kakao - 7 (mleko 2%, kakao, miód)

I danie

Żurek z jakiem – 3,7,9 (woda, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, żurek, jaja, śmietana słodka 18% (mleko) kielbasa, przyprawy: sól, pieprz, majeranek)

II danie

Makaron z serem (makaron(pszenica) ser biały (mleko)masło(mleko) 1,7 surówka z selera, rodzynek, ananasa i śmietany – 7,9 (seler, ananas, rodzynek ,śmietana 18%(mleko), Jogurt owocowy – 7 (jogurt naturalny(mleko), miód, owoce) Owoc

Podwieczorek

Buteczki drożdżowe z jagodami, posypane słonecznikiem, płatki migdałów – 1,3,7(mąka pszenna (pszenica), jaja, mleko, cukier trzcinowy, drożdże, jagody, słonecznik, płatki migdałów)Herbata owocowa

Wtorek 23.09.2025r.

Śniadanie:

Kasza jaglana na mleku - 1.7 (mleko 2%, kasza jaglana), Chleb zwykły z masłem, pasztet, ogórek kiszony (chleb(pszenica), masło(mleko) pasztet)-1a,1b,7, Kawa zbożowa na mleku- 1,7 (mleko 2%, kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto)

I danie

Rosół z lanymi kluskami –1,3, 9 (kurczak zagrodowy, por, woda, marchew, seler, pietruszka, mąka(pszenica), jaja, natka pietruszki, przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Ryż, potrawka z kurczaka z warzywami– 1,7,9 (ryż, filet z kurczaka, marchew, seler, groszek zielony, koper, śmietana słodka18% (mleko), olej) surówka kolorowa(kapusta marchew, jabłko, papryka czerwona, ogórek, pomidor, rzodkiewka, por, cebula czerwona, kukurydza, fasola czerwona, oliwa z oliwek, przyprawy: sól, pieprz) Woda z miętą

Podwieczorek

Budyń czekoladowy (mąka pszenna i ziemniaczana, mleko 2%,kakao, miód)- 1,7

Środa 24.09.2025r.

Śniadanie:

Płatki ryżowe na mleku – 1,7(mleko 2%, płatki ryżowe)Bułka z masłem, pasta jajeczna ze szczypiorkiem - 1,3,7(bułka (pszenica) masło (mleko), jaja, ser biały(mleko) jogurt grecki(mleko), szczypiorek Bawarka na mleku - 7 mleko 2%,herbata, miód)

I danie

Barszcz czerwony - 7,9 (woda, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, buraki, śmietana słodka 18%(mleko), przyprawy: sól, pieprz, ocet, cukier, majeranek)

II danie

Ziemniaki, kotlet mielony pieczony, mizeria – 1,3,7(ziemniaki, łopatka, cebula, jaja, bułka tarta(pszenica), olej, ogórek, śmietana kwaśna18% (mleko) przyprawy sól, pieprz) Kompot (woda, wiśnia, porzeczka, miód)

Podwieczorek

Placek salceson z jabłkiem – 1,3 (mąka (pszenica), jaja, cukier trzcinowy, kakao, jabłka, proszek do pieczenia)

Czwartek 25.09.2025r.

Śniadanie:

Kluski lane na mleku – 1,7 (mleko2%, jaja, mąka(pszenica) Chleb z masłem, wędlina, szczypior, pomidor -1,7(chleb zwykły(pszenica, żyto), masło(mleko) Kawa inka na mleku -1,7 (mleko2%, kawa inka, miód)

I danie

Zupa marchewkowa z prażonymi płatkami migdałów–7,9 (marchew, pietruszka, seler, cebula, por, śmietana słodka 18%(mleko)olej, przyprawy ziele angielskie, płatki migdałów ,gałka muskatołowa liść laurowy, pieprz, sól)

II danie

Kopytka, kapusta zasmażana 1,3 (mąka (pszenna), jaja, ziemniaki, kapusta słodka, kapusta kiszona, olej, kiełbasa śląska, przyprawy: sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy)Kisiel pitny(porzeczka czarna, wiśnia mrożona, miód, mąka ziemniaczana)

Podwieczorek

Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem – 7(ryż, jabłko, cynamon, masło(mleko), śmietana kwaśna 18%(mleko)

Piątek 26.09.2025r.

Śniadanie:

Płatki czekoladowe na mleku-7 (płatki czekoladowe, mleko 2%) Bułka z masłem, ogórek, szczypior-1,7 (bułka (pszenica) masło (mleko) ogórek, szczypior, pasta warzywna (marchew, seler, pietruszka, koper, cebula) Kakao – 7 (mleko 2%) kakao, miód)

I danie

Zupa pomidorowa z makaronem – 1,3,7,9 (woda, marchew, seler, pietruszka, przecier pomidorowy, śmietana słodka 18%(mleko), makaron (mąka pszenna), przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Ziemniaki, ryba na parze -1,3,4 (ziemniaki, ryba morszczuk, jaja, mąka(pszenna), przyprawy: sól, pieprz, surówka wielowarzywna(kapusta, papryka czerwona, ogórek, rzodkiewka, por, cebula czerwona, kukurydza, fasola czerwona, oliwa z oliwek przyprawy: sól, pieprz) Kompot (woda,wiśnia, porzeczka, miód)

Podwieczorek

Oponki z cukrem pudrem- 1,3,7-wyrób własny (mąka(pszenica), ser biały(mleko), cukier trzcinowy, jaja, soda oczyszczona, olej, Herbata owocowa

Poniedziałek 29.09.2025r.

Śniadanie:

Kasza manna na mleku -7 (mleko 2 % , kasza manna), Chałka z masłem i miodem-1, 7 (chałka(pszenica), masło(mleko),miód) Mleko (mleko 2%)

I danie

Zupa koperkowa–7,9 (woda, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, ziemniaki, koper, śmietana słodka 18 % (mleko), por, przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Makaron ze szpinakiem, filet z kurczaka1,7(makaron(pszenica) szpinak, ser żółty(mleko2%) czosnek, filet z kurczaka, śmietana 30%(mleko) przyprawy: sól, pieprz) ogórek kiszony, Woda z cytryną

Podwieczorek

Budyń z musem owocowym – wyrób własny – 1,7(wiśnia mrożona, mąka ziemniaczana, miód 5g, mleko, mąka pszenna)

Wtorek 30.09.2025r.

Śniadanie:

Płatki kukurydziane na mleku -7 (mleko 2 % , płatki kukurydziane), Bułka bagietka z masłem, jajko gotowane 1,3(bułka(pszenica) masło(mleko)jaja bukiet warzyw, kakao - 7(mleko)

I danie

Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty– 9 (woda, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, ziemniaki, koper, por, przyprawy: sól, pieprz, ziele angielski, liść lauowy)

II danie

Ziemniaki, nagęsy z kurczaka(ziemniaki, papryka słodka, sól, pieprz, filet z kurczaka, płatki kukurydziane, olej) Surówka kolorowa(kapusta, marchew, natka pietruszki, sól, pieprz, pomidor, ogórek, rzodkiewka, papryka czerwona) Woda z miętą

Podwieczorek

Ciasto drożdżowe z owocami- 1,3,7 (mleko, drożdże, jaja, mąka(pszenna) owoce, masło(mleko) cukier trzcinowy) Herbata z cytryną

Jadłospis może ulec zmianie.

Zupy gotowane są na wywarach mięsnych lub jarskich.

Godziny podawania posiłków:

Śniadanie – 8:15; I danie – 11:00; II danie i podwieczorek – 12.00