

Jadłospis - Zerówka

Poniedziałek 13.10.2025r.

Śniadanie:

Płatki kukurydziane na mleku -5,7,8 (płatki kukurydziane (orzeszki ziemne, orzechy), mleko 2%), Rogal z masłem i dżemem-1,7 (rogal pszenny, masło (mleko), dżem, Kakao – 7 (mleko 2%, kakao)

I danie

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

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

Ciastka kruche- wyrób własny - 1,3,7 (mąka, cukier trzcinowy, masło, (mleko) śmietana kwaśna (mleko), (jaja), Herbata z cytryną

Wtorek 14.10.2025r.

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku – 1,7 (mleko 2%, płatki owsiane), Chleb bałtownski z masłem, ser biały, szczypior – 1, 7 (chleb(pszenica, żyto) ser biały (mleko) masło (mleko), szczypior),bukiet warzyw, Kawa zbożowa – 1,7 (mleko 2%, kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto)

I danie:

Zupa ogórkowa – 7,9 (woda, marchew, seler, ogórek kiszony, pietruszka, ziemniaki, śmietana słodka 18%(mleko), przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Bułka na parze z musem owocowym – 1,3,7 (mąka pszenna, jaja, mleko, drożdże truskawki, jogurt naturalny(mleko) Surówka z selera i jabłka z rodzynkami – 7 (seler, jabłko, rodzyнки, śmietana słodka(mleko) Kompot (woda, porzeczka mrożona, wiśnia, truskawka, miód 5g)

Podwieczorek

Budyń z musem wiśniowym-7, Herbata owocowa, chrupki kukurydziane

Środa 15.10.2025r.

Śniadanie:

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

I danie

Barszcz czerwony- 7,9 (woda, ziemniaki, buraczki, śmietana słodka (mleko), seler, marchew, pietruszka, natka pietruszki, przyprawy: sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, cukier trzcinowy, cytryna)

II danie

Pierogi z ziemniakami, ser biały z cebulką – 1,7 (mąka(pszenica), woda, ser biały(mleko), ziemniaki, cebula, olej, przyprawy: sól, pieprz) Sałatka z pomidorów- 7 ((pomidor, szczypior, śmietana kwaśna, (mleko)przyprawy: sól, pieprz) Kompot (woda, porzeczka mrożona, truskawka, wiśnia, miód 5g)

Podwieczorek

Biszkopty -1,3 (mąka pszenna, jaja), herbata rumiankowa

Czwartek 16.10.2025r.

Śniadanie:

Płatki czekoladowe na mleku- 5,7,8 (mleko 2%, płatki czekoladowe), Chleb gwarek z masłem ,jajko, papryka czerwona, szczypior(chleb gwarek (pszenica), masło (mleko), jaja, papryka, szczypior– 1,3,7, Kawa inka na mleku- 1, 7 (mleko 2%, kawa inka zawiera jęczmień, żyto)

I danie:

Zupa porowa z kaszą kuskus -7,9 (woda, ziemniaki, seler, pietruszka, kasza kuskus, por, marchewka, koper, śmietana słodka 18%(mleko) przyprawy – sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

II danie

Ziemniaki, gołąbki po poznańsku w sosie pomidorowym – 3,(Ziemniaki, łopatka , ryż, jaja, kapusta, cebula, olej, przecier pomidorowy, kasza manna, sól, pieprz)Brokuł, kalafior, pomidor w sosie czosnkowym-7(brokuł, kalafior, pomidor, jogurt naturalny (mleko), czosnek, sól, pieprz) Woda z cytryną

Podwieczorek

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

Piątek 17.10.2025r.

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku – 1,7 (mleko 2%, płatki owsiane, Chleb z masłem, pasztet, ogórek kiszony(chleb zwykły(pszenica, żyto, masło (mleko)pasztet) -1a,1b,7, Kawa zbożowa na mleku- 1,7 (mleko) kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto,)

I danie

Zupa pomidorowa z ryżem –7,9 (kurczak zagrodowy, woda, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, przecier pomidorowy, śmietana słodka 18%(mleko) ryż, por, przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Kasza jęczmienna, sos koperkowy, ryba ze szpinakiem i serem mozzarella- 1, 4,7 (kasza jęczmienna, koper, śmietana słodka(mleko), ryba, szpinak, masło, (mleko)ser mozzarella(mleko) przyprawy: sól, pieprz), Fasolka szparagowa z masełkiem i bułką tartą (fasolka szparagowa, masło(mleko) bułka tarta(pszenna), Woda z cytryną

Podwieczorek

Galaretka z owocami (żelatyna, owoce, miód 5g, woda) Chrupki kukurydziane

Poniedziałek 20.10.2025r.

Śniadanie:

Płatki ryżowe na mleku -5,7,8 (płatki ryżowe, mleko 2%), Chałka z masłem i miodem-1,7 (chałka pszenna, masło(mleko), miód 5g) Kawa zbożowa na mleku – 1,7 (mleko 2%, kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto)

I danie

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

II danie

Naleśniki owsiane z serem i musem jabłkowym – 1,3,7(mąka(pszenica), jaja, płatki owsiane, mleko 2%, olej, ser biały (mleko), jabłko, cukier trzcinowy), Surówka z marchwi i jabłka z rodzynkami- 7 (marchew, jabłko, rodzynki, śmietana słodka (mleko), miód 5g), Jogurt owocowy – 7, (jogurt naturalny (mleko), owoce)

Podwieczorek

Ciastka całuski z jabłkiem- wyrób własny- 1,7(masło (mleko), ser biały (mleko), mąka(pszenica), jabłko), Herbata (woda, herbata, miód 5g)

Wtorek 21.10.2025r.

Śniadanie:

Kluski lane na mleku- 37 (jaja, mąka pszenna, mleko 2%), Chleb helios z masłem, pasta rybna z serkiem białym i szczypiorkiem – 1,4,7 (chleb Helios (pszenica, żyto) masło (mleko) filet w pomidorach (ryba) ser biały (mleko)szczypior, bukiet warzyw) Herbata z miodem, Mleko (mleko) - 7

I danie

Rosół z makaronem- 1,3,9 (kurczak zagrodowy, woda, por, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, makaron(mąka pszenna, jaja), przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Ziemniaki, kotlet drobiowy z warzywami, sałata lodowa z warzywami serem fetą, pomidor suszony 1,3, 7 (ziemniaki, filet z kurczaka, marchew, natka pietruszki, bułka tarta (pszenica), jaja, cebula, sałata lodowa, pomidor, ogórek, papryka czerwona, rzodkiewka, ser feta (mleko), pomidor suszony, przyprawy: sól, pieprz), Herbata rumiankowa

Podwieczorek

Jogurt owocowy – 7 (jogurt naturalny(mleko, owoce) chrupki kukurydziane

Środa 22.10.2025r.

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku- 7 (płatki , mleko 2%), Bułka z masłem, szczypior 1,7(bułka pszenna, masło (mleko) pomidor, szczypior) Bukiet warzyw, Jajecznica ze szczypiorkiem – 3 (jaja, masło(mleko), Kakao – 7 (mleko 2 %, kakao)

I danie

Zupa brokułowo- kalafiorowa- 7,9 (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, brokuł, kalafior, śmietana słodka 18%(mleko), przyprawy: sól, pieprz)

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) Kompot (woda, porzeczka mrożona, wiśnia, truskawka, miód 5g)Owoc

Podwieczorek

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

Czwartek 23.10.2025r.

Śniadanie:

Płatki kukurydziane na mleku – 7(płatki, mleko 2%) Bułka z masłem, ogórek, pomidor, szczypior , parowka na gorąco z keczupem– 1,7(bułka,(pszenica), masło (mleko) ogórek, pomidor, szczypior, parówka, keczup) , Kawa zbożowa na mleku – 1,7(mleko 2%, kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto)

I danie

Zupa krupnik – 9 (woda, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, kasza jęczmienna, przyprawy: sól, pieprz, majeranek)

II danie

Ziemniaki , nuggetsy z fileta – 1,3 (ziemniaki, filet z kurczaka,jaja, płatki kukurydziane, sól, pieprz, papryka słodka, sałata lodowa z warzywami i serem feta i suszonymi pomidorami– 1(mleko) (sałata lodowa, ser feta, pomidory suszone, marchew, pietruszka, jabłko, cebula, natka pietruszki, papryka, pomidor, ogórek, rzodkiewka) kompot(wiśnia, porzeczka, woda, miód 5g)

Podwieczorek

Naleśniki owsiane z musem jabłkowym – 1,3,7(mąka(pszenica), jaja, płatki owsiane, mleko 2%, olej, jabłko, cukier trzcinowy)

Piątek 24.10.2025r.

Śniadanie:

Ryż na mleku -1,7 (ryż, mleko 2%), Bułka pszenna z masłem – 1a,7 pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 7(bułka mała (pszenica, jaja, ser biały (mleko), jogurt naturalny(mleko), szczypior)Bukiet warzyw Mleko -7 mleko 2%)

I danie

Zupa szczawiowa z jajkiem – 3,7,9 (marchew, pietruszka, seler, cebula, por, śmietana(mleko 2%) olej, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól, jaja, szczaw, ziemniaki)

II danie

Kasza jęczmienna, sos koperkowy, klopsiki rybne -1,3,7(kasza jęczmienna, ryba, jaja, bułka tarta(pszenica), cebula, koper, śmietana słodka (mleko)przyprawy: sól, pieprz) Surówka kolorowa (kapusta pekińska, marchew, natka pietruszki, cytryna, cukier trzcinowy, oliwa z oliwek) Kompot (woda, porzeczka mrożona, wiśnia, truskawka, miód 5g)

Podwieczorek

Gofry z frużeliną z wiśni – 3,7 (mleko 2% , mąka, jaja, wiśnia, proszek do pieczenia, cukier trzcinowy), Herbata owocowa

Poniedziałek 27.10.2025r.

Śniadanie:

Makaron na mleku – 1,3,7 jaja, mąka pszenna, (mleko 2%), Rogal z masłem i dżemem-1,7 (rogal pszenny, masło (mleko), dżem, Kakao – 7 (mleko 2%, kakao)

I danie

Zupa jarzynowa– 7,9(marchew, pietruszka, seler, cebula, por, mieszanka warzywna, natka pietruszki, sól, pieprz, śmietana słodka (mleko)

II danie

Makaron po włosku -1 (makaron(pszenica) filet z kurczaka, olej, cebula, przecier pomidorowy, pomidory w puszcze, bazyli, oregano, ser mozzarella, sól, pieprz)), Sok owocowo-warzywny(marchew, jabłko, gruszka, pomarańcz)

Podwieczorek

Oponki z cukrem pudrem – wyrób własny - 3,7 (ser biały (mleko 2%), mąka, jaja, proszek do pieczenia, olej ,soda, cukier trzcinowy), Herbata rumiankowa

Wtorek 28.10.2025r.

Śniadanie:

Kasza kukurydziana na mleku -7 (kasza kukurydziana , mleko 2%), Chleb z masłem pasta rybna z serkiem białym i szczypiorkiem -1,4,7 (pszenica, żyto, masło (mleko), filet w pomidorach (ryba) ser biały(mleko), szczypior),bukiet warzyw, Bawarka na mleku- 7 (mleko, herbata) Herbata owocowa

I danie

Zupa ryżowa- 1,9 (kurczak zagrodowy, woda, por, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, ryż, przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Ziemniaki, kotlet schabowy – 1,3 (ziemniaki, schab wieprzowy, mąka pszenna, olej, jaja, mąka tortowa(pszenica) przyprawy: sól, pieprz) Mizeria -7 (ogórek, śmietana kwaśna(mleko)szczypior, sól, pieprz) Kompot (woda, porzeczka mrożona, wiśnia, truskawka, miód 5g)

Podwieczorek

Brzoskwinia, ananas, jabłko z jogurtem naturalnym- 7(mleko) Pankejkki z dżemem – 1,3,7 (jaja, mąka pszenna, jogurt naturalny(mleko)proszek, soda, cukier trzcinowy, dżem)

Środa 29.10.2025r.

Śniadanie:

Zacierka na mleku – 1,7 (makaron zacierka mąka pszenna, (mleko 2%), Chleb żytni z masłem pasta z awokado z jajkiem i szczypiorkiem – 3,7 (chleb żytni(mąka żytnia), masło (mleko), jaja, awokado, szczypior, cytryna), Kawa inka na mleku – 7 (mleko 2%, kawa inka)

I danie

Zupa brukselkowa z kaszą jaglaną – 7,9(marchew, pietruszka, seler, cebula, por, brukselka, kasza jaglana, natka pietruszki, sól, pieprz, śmietana słodka (mleko)

II danie

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

Podwieczorek

Ciasto drożdżowe z owocami, migdałami- 1,3,7 (mleko, drożdże, jaja, mąka(pszenica) owoce, migdały, masło(mleko) cukier trzcinowy) Herbata z cytryną(woda, herbata, miód 5g)

Czwartek 30.10.2025r.

Śniadanie:

Kasza manna na mleku -7 (kasza manna na mleku, mleko 2%), Bułka bagietka z masłem pomidor, szczypior, wędlina 1,7(bułka bagietka(pszenica), masło (mleko), pomidor, wędlina, szczypior), Kakao – 1,7(mleko 2%, kakao)

I danie

Zupa ogórkowa- 7,9 (woda, por, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, śmietana słodka(mleko), ogórek kwaszony, przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Kasza jęczmienna, pulpeciki w sosie pomidorowym -1,3,7(kasza jęczmienna, łopatką, karkówka, jaja, bułka tarta(pszenica), cebula, przecier pomidorowy, śmietana słodka (mleko)przyprawy: sól, pieprz) Surówka z białej kapusty (kapusta biała, marchew, natka pietruszki, cytryna, cukier trzcinowy, oliwa z oliwek) Kompot (woda, porzeczka mrożona, wiśnia, truskawka, miód 5g)

Podwieczorek

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

Piątek 31.10.2025r.

Śniadanie:

Płatki kukurydziane na mleku -7 (płatki kukurydziane na mleku, mleko 2%), Bułka bagietka z masłem i serem białym ze szczypiorkiem, papryka czerwona 1,7(bułka bagietka(pszenica), masło (mleko), ser biały(mleko), śmietana kwaśna(mleko)szczypior), Kawa zbożowa na mleku – 1,7(mleko 2%, kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto)

I danie

Zupa marchewkowa z prażonymi płatkami migdałów – 7,9 Grzanki -1 (pszenica)(marchew, pietruszka, seler, cebula, por, śmietana(mleko 2%) olej, płatki migdałów, ziele angielskie, liść laurowy, gałka muskatołowa, pieprz)

II danie

Ziemniaki, kotlet rybny – 1,3,4 (Ziemniaki, ryba , jaja, olej, przyprawy: sól, pieprz), Surówka z czerwonej kapusty , (kapusta czerwona, marchew, natka pietruszki śmietana kwaśna, kukurydza, por, oliwa z oliwek, przyprawy: sól, pieprz), Woda z miętą

Podwieczorek

Gofry z frużeliną z wiśni – 3,7 (mleko 2% , mąka, jaja, wiśnia, proszek do pieczenia, cukier trzcinowy), Herbata owocowa

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