

Jadłospis - Zerówka

Poniedziałek 17.11.2025r.

Śniadanie:

Kasza kuskus na mleku -7 (mleko, kasza kuskus), Rogal z masłem i dżemem -1,7(rogal pszenny, masło(mleko) Kawa zbożowa na mleku – 1,7(mleko 2%, kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto)

I danie:

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

II danie

Łazanki z kapusta i kiełbasą – 1 (makaron łazanka(pszenica) kapusta kiszona, kapusta biała, marchew, kiełbasa, Przyprawy: liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, pieprz, sól) Sok owocowo – warzywny (marchew, gruszka, jabłko, pomarańcz)

Podwieczorek

Herbata , Ciastko kruche- wyrób własny 1,3,7(mąka(pszenica) cukier, masło(mleko), śmietana kwaśna(mleko) jaja)

Wtorek 18.11.2025r.

Śniadanie:

Kluski lane na mleku -1,3,7 (mleko, jaja, mąka tortowa(pszenica), Bułka graham(żyto, pszenica) z masłem(mleko) i ogórek, wędlina, szczypior -1,7 Kawa Inka na mleku – 7(mleko, kawa inka)

I danie

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

II danie

Kasza gryczana, gulasz – wołowy – 1(kasza gryczana, pietruszka, marchew, mięso wołowe, cebula, sól, pieprz, papryka słodka, mąka(pszenica), olej. Buraczki z cebulką(buraczki, cebula, olej, cytryna, cukier trzcinowy, sól, pieprz) Kompot(woda, truskawka, wiśnia mrożona, miód 5g)

Podwieczorek

Rogaliki z powidłem – wyrób własny -1,3,7 (mąka pszenna(pszenica), cukier trzcinowy, drożdże,jaja,masło(mleko) powidło)

Środa 19.11.2025r.

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku – 1,7 (mleko, płatki owsiane), Chleb z masłem, ser biały, papryka czerwona, szczypior – 1, 7(chleb zwykły(pszenica, żyto)ser biały(mleko), masło(mleko)szczypior, papryka czerwona) Mleko -7(mleko)

I danie

Zupa krupnik- 7,9 (woda, ziemniaki, seler. kasza, pietruszka, marchewka, koper, śmietana słodka(mleko), przyprawy – sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

II danie

Ziemniaki, mięso drobiowe szarpane – (ziemniaki, pałka z kurczaka, papryka słodka, sól, pieprz, olej), marchewka z groszkiem – 7(marchew, groszek, masło(mleko) śmietana słodka18%(mleko), przyprawy: sól, pieprz), Kisiel pitny (wiśnia, truskawka, porzeczka, miód 5g , mąka ziemniaczana)

Podwieczorek

Naleśniki owsiane z musem jabłkowym- 1,3,7 (mąka pszenna, jaja, płatki owsiane, cukier trzcinowy, mleko, olej, jabłko)

Czwartek 20.11.2025r.

Śniadanie:

Płatki śniadaniowe na mleku -1,7 (płatki kukurydziane, mleko), Bułka z masłem, jajko, papryka czerwona, szczypior -1,3, 7, Kakao- 7(mleko, kakao)Herbata z miodem

I danie

Barszcz czerwony – 7,9 (woda, marchew, seler, pietruszka, por, buraczki, śmietana słodka(mleko), przyprawy: sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy, cukier trzcinowy, cytryna)

II danie

Pierogi z białym serem i ziemniakami- 1,7 (mąka pszenna, woda, ziemniaki, ser biały (mleko) cebula, olej) Sałatka z pomidorów- 7 (pomidor, szczypior, śmietana kwaśna (mleko) sól, pieprz) kompot (wiśnia, porzeczka, miód 5g)

Podwieczorek

Budyń czekoladowy – 1,7(mleko), kakao, mąka (pszenica), mąka ziemniaczana, miód 5g)Bułeczki cynamonowe – 1,3,7 (mleko, mąka pszenna, jaja, masło(mleko) drożdże, cynamon, cukier trzcinowy)

Piątek 21.11.2025r.

Śniadanie:

Płatki jaglane na mleku-1,7 (płatki jaglane, mleko), Bułka hot dog z masłem, sałata - 1,7(bułka(pszenica), masło(mleko) sałata, bukiet warzyw, Parówka na gorąco z keczupem, Kawa zbożowa na mleku -7(mleko), kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto)

I danie

Zupa kalafiora – 7,9 (woda, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, kalafior, śmietana słodka(mleko), por, przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Ziemniaki, sos pomidorowy, paluszki rybne – 3,4,7(ziemniaki, ryba morszczuk, olej, przecier pomidorowy, pomidory w puszcze, śmietana słodka(mleko), jaja, mąka, (pszenica), bułka tarta(pszenica), przyprawy: sól, pieprz) surówka kolorowa(kapusta, marchew, pietruszka, jabłko, cebula, natka pietruszki, przyprawy: sól, pieprz, olej) Kompot (wiśnia, porzeczka, miód 5g)

Podwieczorek

Makaron z serem – 1,7(makaron(pszenica) ser biały(mleko)masło(mleko)Surówka z marchwi i jabłka z rodzynkami, orzechami – 8 (marchew, jabłka, rodzynki, orzechy) Jogurt owocowy – 7(jogurt owocowy(mleko), owoce)

Poniedziałek 24.11.2025r.

Śniadanie:

Płatki kukurydziane na mleku - 7(płatki kukurydziane, (mleko)Chałka z masłem i miodem -1,7(chałka (pszenica), masło(mleko) miód) kawa zbożowa na mleku -1 ,7(mleko), kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto)

I danie

Żurek z jajkiem – 3,7,9 (woda, ziemniaki, żurek, jaja, śmietana słodka(mleko), seler, marchew, pietruszka, natka pietruszki, przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Naleśniki owsiane z serem i musem jabłkowym -1,3,7(mąka (pszenica), jaja, płatki owsiane, cukier trzcinowy, mleko2%, olej, jabłko, ser biały(mleko), śmietana kwaśna(mleko)Surówka z marchwi i jabłka z rodzynkami- 7 (marchew, śmietana(mleko), jabłko, rodzynki, jogurt jagodowy– 7(jogurt naturalny (mleko), jagoda)

Podwieczorek

Ciasto marchewkowe – 1,3(mąka(pszenica), cukier trzcinowy, marchew, jaja, olej)Herbata z cytryną

Wtorek 25.11.2025r.

Śniadanie:

Bułka z masłem, ser biały ze szczypiorkiem – 1,7(bułka(pszenica), masło(mleko),ser biały(mleko)szczypior), bukiet warzyw, bawarka na mleku - 7(herbata, mleko)herbata

I danie

Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty – 9 (woda, marchew, seler, pietruszka, por, kapusta kiszona, przyprawy: sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy)

II danie

Ziemniaki , nagętsy z fileta – 3(ziemniaki, filet z kurczaka, mąka(pszenica) olej, jaja, płatki kukurydziane, przyprawy: sól, pieprz, papryka słodka) Surówka kolorowa(kapusta pekińska, marchew, pietruszka, jabłko, cebula, natka pietruszki, papryka, pomidor, ogórek, rzodkiewka,) Fasolka szparagowa z bułka tartą- 1,7(fasolka szparagowa, bułka tarta(pszenica)masło(mleko) kompot(Wiśnia, porzeczka, woda, miód 5g)

Podwieczorek

Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem -7 (ryż, jabłko, cynamon, masło(mleko)śmietana(mleko)

Środa 26.11.2025r.

Śniadanie:

Kasza kuskus na mleku – 1,7 (mleko, kasza kuskus), Chleb z masłem, wędlina, pomidor, szczypior – 7(chleb (pszenica, żyto), masło(mleko)wędlina, pomidor, szczypior, Kawa inka na mleku 1,7(mleko) kawa inka)- 7

I danie

Zupa pomidorowa z ryżem – 7,9 (woda, kurczak zagrodowy, ryż, przecier pomidorowy, seler, pietruszka, marchewka, natka pietruszki, por, śmietana słodka(mleko), przyprawy-sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

II danie

Kopytka, kapusta zasmażana – 1,3 (ziemniaki, mąka pszenna, jaja, kapusta słodka, kapusta kiszona, olej, kiełbasa śląska, przyprawy: sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy) Kisiel pitny (wiśnia, truskawka, porzeczka czarna, miód 5g, mąka ziemniaczana)

Podwieczorek

Placek drożdżowy z jagodami-1,3,7-Wyrób własny (mąka (pszenica), cukier trzcinowy, masło(mleko) mleko, jaja, jagody, drożdże), Herbata

Czwartek 27.11.2025r.

Śniadanie:

Makaron ryżowy na mleku – 1,7 (mleko), makaron ryżowy(pszenica), Chleb z masłem pasta rybna z serkiem biały i szczypiorkiem) 1,4,7 – 7(chleb (pszenica, żyto), masło(mleko)ser biały(mleko), filet w pomidorach(ryba), szczypior, Herbata z miodem, Mleko- 7 (mleko)

I danie

Zupa szpinakowa – 7,9 (woda, seler, por, szpinak, marchew, pietruszka, koper, śmietana słodka (mleko) przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Ryż, potrawka z kurczaka z warzywami – 1,7,9 marchew, seler, groszek zielony, koper, śmietana słodka(mleko), mąka(pszenica)Surówka kolorowa(kapusta, marchew, jabłko, natka pietruszki, przyprawy: sól, pieprz)Sok owocowo – warzywny (marchew, jabłko, gruszka, pomarańcza, cytryna)

Podwieczorek

Brzoskwinie, ananas, jabłko z jogurtem naturalnym - 7 (mleko)

Piątek 28.11.2025r.

Śniadanie:

Płatki czekoladowe na mleku – 1,7 (mleko), płatki czekoladowe), Chleb żytni z masłem, pasta mięsno warzywna) 1,7 – 7(chleb (żyto), masło(mleko)marchew, pietruszka, natka pietruszki, filet z kurczaka, szczypior) Bukiet warzyw, Kakao- 7(mleko), kakao)

I danie

Zupa fasolowa– 9 (woda, ziemniaki, seler, por, marchew, pietruszka, natka pietruszki, fasola jaś, przyprawy: sól, pieprz, majeranek)

II danie

Ziemniaki sos koperkowy, klopsiki rybne 1,3,4,7(ziemniaki, ryba, jaja, mąka (pszenna) bułka tarta(pszenica) olej, koper, śmietana słodka(mleko), przyprawy: sól, pieprz) Surówka z kiszonej kapusty (kapusta kiszona, cebula, marchew, natka pietruszki, olej, pieprz) kompot(wiśnia, porzeczka, woda, miód 5g)

Podwieczorek

Gofry z frużeliną z wiśni – 1,3,7(mleko, mąka pszenna, jaja, wiśnia proszek do pieczenia, cukier trzcinowy)Serek na słodko -7 (serek biały(mleko) śmietana kwaśna(mleko) 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