

Jadłospis - Zerówka

Poniedziałek 15.12.2025r.

Śniadanie:

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

Naleśniki owsiane z serem i musem jabłkowym -1,3,7 (mąka (pszenica) jaja, płatki owsiane, mleko 2%, olej, ser biały (mleko), jabłko , cukier) Sałatka owocowa (pomarańcza, banan, jabłko, kiwi, gruszka) Jogurt owocowy -7 (jogurt naturalny (mleko), owoce)

Podwieczorek

Ciasto salceson z jabłkiem – 1,3(mąka(pszenica), jaja, cukier trzcinowy, jabłko, olej) Herbata rumiankowa

Wtorek 16.12.2025r.

Śniadanie:

Ryż na mleku-7 (ryż, mleko 2%), Chleb z masłem, pasta rybna z serkiem białym i szczypiorkiem – 1,4,7 (chleb zwykły (pszenica, żyto) masło (mleko) filet w pomidorach (ryba) ser biały (mleko)szczypior) Bukiet warzyw, Herbata z miodem, Mleko (mleko) - 7

I danie

Zupa kalafiorowo - brokułowa - 7,9 (woda, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, koper, natka pietruszki ,kalafior, brokuł, śmietana słodka 18%(mleko) przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Makaron po włosku -1,7 (makaron (pszenica), filet z kurczaka, olej, cebula, przecier pomidorowy, pomidory w puszcze, pieprz, bazylia, oregano, ser mozzarella(mleko) sól) Surówka z selera i jabłka z rodzynekami -9 (seler, jabłko, rodzyunki) Kisiel Pitny (wiśnia mrożona, woda, miód 5g, mąka ziemniaczana)

Podwieczorek

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

Środa 17.12.2025r.

Śniadanie:

Płatki jaglane na mleku - 1,7 (mleko 2%, płatki jaglane), Chleb z masłem, wędlina, pomidor, szczypior(chleb zwykły (pszenica, żyto), Kawa zbożowa na mleku- 1,7 (mleko 2%, kawa inka)

I danie:

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

II danie

Kopytka, kapusta zasmażana -1,3(mąka pszenna, jaja, ziemniaki, kapusta biała, kapusta kiszona, olej, kiełbasa, przyprawy: sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy) Kompot (wiśnia, porzeczka, woda, miód 5g)

Podwieczorek

Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem – 7 (ryż, jabłko, cynamon, masło(mleko), mleko 2%)

Czwartek 18.12.2025r.

Śniadanie:

Kasza manna na mleku- 1 ,7 (mleko 2%, kasza manna), Chleb z masłem, ser biały, szczypior – 1,3,7(chleb zwykły (pszenica, żyto), masło (mleko), ser biały (mleko) szczypior, bukiet warzyw Kakao - 1, 7 (mleko 2%, kakao)

I danie

Zupa brukselkowa – 9 (woda, ziemniaki, seler, pietruszka, brukselka, marchewka, koper, śmietana słodka (mleko), przyprawy – sól, pieprz)

II danie

Ziemniaki, kotlet schabowy -1,3 (ziemniaki, schab wieprzowy, olej, bułka tarta pszenna, jaja, sól, pieprz, mąka pszenna) Mizeria -1 (ogórek, szczypior, śmietana kwaśna (mleko), sól, pieprz) Kompot (wiśnia, porzeczka, woda, miód 5g)

Podwieczorek

Budyń z musem wiśniowym (mleko) -wyrób własny -7, Biskopty -1 (pszenica)

Piątek 19.12.2025r.

Śniadanie:

Płatki kukurydziane na mleku – 5,7,8 (mleko 2%, płatki kukurydziane, orzechy, orzeszki ziemne), Bułka z masłem, jajko, papryka czerwona, szczypior – 1,3, 7 (bułka(pszenica) jaja, masło(mleko),papryka czerwona, szczypior), Kawa inka – 1,7 (mleko 2%, kawa inka zawiera żyto)

I danie

Zupa ogórkowa - 7,9 (marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, ogórek kiszony, natka pietruszki, por, śmietana słodka (mleko), przyprawy: sól pieprz, liść laurowy, ziele angielskie)

II danie

Ziemniaki, sos koperkowy, ryba na parze łoś -1,3,4,7 (ziemniaki, ryba łoś, jaja, mąka (pszenica), olej, cebula, masło (mleko) koper, śmietana słodka 18% (mleko), przyprawy sól ,pieprz) Surówka kolorowa (kapusta, marchew, jabłko, natka pietruszki, przyprawy: sól, pieprz) Kompot (wiśnia, porzeczka, woda, miód)

Podwieczorek

Ciastko kruche – wyrób własny 1,3,7(mąka, cukier trzcinowy, masło(mleko) śmietana kwaśna(mleko) jaja) herbata

Poniedziałek 22.12.2025r.

Śniadanie:

Ryż na mleku-7 (Ryż, mleko 2%), Chatka z masłem i miodem1,7(chatka pszenna, masło (mleko) miód, Kakao – 7 (mleko 2 %, kakao)

I danie

Zupa jarzynowa- 7,9 (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mieszanka warzywna, śmietana słodka 18%(mleko), przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Ziemniaki, kotlet drobiowy z warzywami – 1,3 (ziemniaki, filec, jaja, marchew, pietruszka, natka pietruszki, bułka tarta(pszenica) surówka kolorowa (kapusta, marchew, natka pietruszki, sól, pieprz, oliwa z oliwek) Sok owocowo – warzywny (jabłko, pomarańcza, gruszka, marchew, cytryna)

Podwieczorek

Bułeczki cynamonowe -1,3,7 (mleko, mąka pszenna, jaja, masło (mleko), drożdże, cynamon, cukier trzcinowy)

Wtorek 23.12.2025r.

Śniadanie:

Makaron ryżowy na mleku-1,7 (mleko 2%, makaron ryżowy (pszenica), Chleb z masłem mięsno – warzywna, szczypior - 1,9 (chleb zwykły (pszenica, żyto) masło (mleko) filec, marchew, seler, pietruszka, cebula, koper, szczypior) Bukiet warzyw, Kawa inka na mleku – 1,7(mleko, kawa inka zawiera jęczmień, żyto)

I danie

Zupa pomidorowa z makaronem – 1,7, 9 (woda, marchew, seler, pietruszka, makaron(pszenica),natka pietruszki, przecier pomidorowy, śmietana słodka(mleko), przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Kluski leniwe z serem polane masetkiem i 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) Jogurt owocowy – 7 (jogurt naturalny (mleko)owoce) Kompot(wiśnia, porzeczka, woda, miód 5g)

Podwieczorek

Gruszka tarta lub w kostkę, Budyń czekoladowy -1,7 (mleko 2%, kakao, mąka pszenna i ziemniaczana, miód 5g)

Poniedziałek 29.12.2025r.

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku – 1,7 (mleko, płatki owsiane) Chleb z masłem, ser biały ze szczypiorkiem (chleb zwykły (pszenica, żyto, masło (mleko) ser biały(mleko) -1,7, Kawa zbożowa na mleku-7 (mleko) kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto,

I danie

Zupa marchewkowa – 9 (woda, seler, pietruszka, marchewka, natka pietruszki, por, ziemniaki, przyprawy-sól, pieprz, śmietana słodka(mleko)

II danie

Spaghetti z sosem bolognese-1 (makaron spaghetti (pszenica) łopatką wieprzową, przecier pomidorowy, cebula, majeranek, pieprz, sól bazyli, oregano, mąka tortowa (pszenica)) Sałatka z ogórka kiszzonego (ogórek kiszony, marchew, natka pietruszki, oliwa z oliwek) Kompot (wiśnia, woda, miód 5g) Owoc

Podwieczorek

Rogaliki z powidłem -1,3,7 (mąka pszenna, jaja, mleko, cukier trzcinowy, drożdże, powidło, płatki migdałów) Herbata z cytryną

Wtorek 30.12.2025r.

Śniadanie:

Kasza kuskus na mleku – 1,7 (mleko, kasza kuskus) Chleb z masłem, ogórek, szczypior (chleb zwykły (pszenica, żyto, masło (mleko) ogórek, szczypior) -1,7, Jajecznica ze szczypiorkiem – 3,7(jaja, masło(mleko) Kawa inka na mleku-7 (mleko) kawa inka)

I danie

Zupa żurek z jajkiem – 3,7,9 (woda, seler, pietruszka, marchewka, żurek, jaja, natka pietruszki, por, ziemniaki, przyprawy-sól, pieprz, śmietana słodka(mleko)

II danie

Pierogi z białym serem i ziemniakami -1,7 (mąka pszenna, woda, ziemniaki, ser biały, (mleko), cebula, olej, sól, pieprz, Sałatka z pomidorów -7 (pomidor, szczypiorek, śmietana kwaśna 18% (mleko), sól, pieprz) Sok owocowo-warzywny (marchew, jabłko, gruszka, cytryna, pomarańcza)

Podwieczorek

Gofry z frużeliną jagodową – 3,7 (mleko 2% , mąka, jaja, jagoda, proszek do pieczenia), Herbata rumiankowa

Środa 31.12.2025r.

Śniadanie:

Kaszka kukurydziana na mleku -1,7 (mleko 2%, kaszka kukurydziana), Bułka wrocławska z masłem, pasztet, ogórek kiszony (bułka wrocławska (pszenica, żyto, masło (mleko) pasztet) – 1a,1b,7, Kawa zbożowa na mleku -7 (mleko) kawa zbożowa zawiera jęczmień i żyto)

I danie

Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty -9 (woda, kapusta kiszona, woda, seler, pietruszka, marchew, natka pietruszki, ziemniaki, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz)

II danie

Ryż, klopsiki rybne w sosie śmietanowo – koperkowym-1,3,4,7 (ryż, ryba morszczuk, jaja , bułka tarta(pszenica), kasza manna, śmietana słodka (mleko) olej). Surówka wielowarzywna (kapusta, papryka czerwona, ogórek, pomidor, rzodkiewka, por, cebula czerwona, oliwa z oliwek, sól, pieprz) Kompot (wiśnia, porzeczka, woda, miód 5g)

Podwieczorek

Brzoskwinia, ananas, jabłko z jogurtem naturalnym (mleko) – wyrób własny

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