Jadłospis

Poniedziałek, 16.11.2026(podstawowa)

Obiad: - Zupa krem z dyni z imbirem i pomarańczą oraz groszkiem ptysiowym na wywarze warzywnym
- Spaghetti bolońskie z makaronem bezglutenowym z parmezanem i drożdżami nieaktywnymi
- Koktajl malina z mango na bazie kefiru/woda do picia
- Ogórek świeży, mix papryki do pochrupania
- Banan/jabłko do wyboru

Składniki: marchew, seler, por, pietruszka korzeń, dynia, pomarańcza, imbir, groszek ptysiowy, szynka wp, makaron bezglutenowy, parmezan, drożdże nieaktywne, koncentrat pomidorwy, cebula, olej, malina, mango, mleko, kefir, cukier,sól, przyprawy

Alergeny: 1. Zboża zawierające gluten, 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 9. Seler i produkty pochodne

Wtorek, 17.11.2026(podstawowa)

Obiad: - Zupa ogórkowa na wywarze mięsno warzywnym, zabielana śmietaną z natką pietruszki
- Pierś z kurczaka panierowana z pieca z kaszą bulgur, mizeria z jogurtem greckim/surówka Colesław
- Marchewka, kalarepka do pochrupania
- Gruszka/jabłko do wyboru
- Woda z cytryną, maliną i borówką do picia

Składniki: skrzydło z indyka, szyja z indyka, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, ogórek kiszony, ziemniaki, śmietana 18%, filet z piersi kurczaka, kasza bulgur, ogórek świeży, kapusta biała, kukurydza, majonez, sól, przyprawy

Środa, 18.11.2026(podstawowa)

Obiad: - Zupa kalafiorowa z koperkiem, na wywarze warzywnym, zabielana sojowym zamiennikiem śmietany
- Makaron ryżowy ze szpinakiem, serem feta oraz suszonymi pomidorami
- Marchewka, rzodkiewka, ogórek świeży do pochrupania
- Kiwi złote
- Ciasteczka kleryczki własnego wypieku
- Woda z sokiem malinowym do picia

Składniki: marchew, seler, por, pietruszka korzeń, ziemniaki, kalafior, sojowy zamiennik śmietany, makaron ryżowy, szpinak mrożony, ser feta, suszone pomidory, jaja, masło, kleik ryżowy, wiórki kokosowe, cukier, proszek do pieczenia, sól, przyprawy

Alergeny: 1. Zboża zawierające gluten, 3. Jaja i produkty pochodne, 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 9. Seler i produkty pochodne

Jadłospis

Czwartek, 19.11.2026(podstawowa)

Obiad: - Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej na wywarze warzywnym z koperkiem oraz natką pietruszki
- Polędwiczki z dorsza po grecku/fasolka po bretońsku z ziemniaczkami puree i koperkiem do wyboru
- Ogórek świeży, ogórek kiszony do pochrupania
- Smoothie owocowe
- Banan/jabłko do wyboru

Składniki: marchew, seler, por, pietruszka korzeń, kasza jęczmienna, ziemniaki, koper, pietruszka nać, polędwiczki z dorsza czarnego, passata pomidorowa, koncentrat pomidorowy, cebula, fasola Jaś, kiełbasa podwawelska, sól, przyprawy.

Alergeny: 1. Zboża zawierające gluten, 3. Jaja i produkty pochodne, 4. Ryby i produkty pochodne, 9. Seler i produkty pochodne

Piątek, 20.11.2026(podstawowa)

Obiad: - Zupa chłopska na mięsnym wywarze z kiełbaską i kluseczkami
- Ryż zapiekany z prażonym jabłkiem i cynamonem oraz sosem jogurtowo śmietanowym z laską wanilii
- Kalarepka, marchewka, mix kolorowej papryki do pochrupania
- "Porcja dobra"
- Soczek jabłkowy 100%

Składniki: skrzydło z indyka, kiełbasa podwawelska, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, lane kluski, ryż parabolo, jabłko prażone, śmietana 18%, jogurt grecki, sól, przyprawy

Alergeny: 1. Zboża zawierające gluten, 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 9. Seler i produkty pochodne