

Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 02.02.2026 do 06.02.2026 r.	1
Poniedziałek 02.02.2026	2
Śniadanie	2
Pierwsze danie:	2
Drugie danie:	3
Wtorek 03.02.2026	4
Śniadanie:	4
Pierwsze danie:	4
Drugie danie:	5
Środa 04.02.2026	6
Śniadanie	6
Pierwsze danie:	6
Drugie danie:	7
Czwartek 05.02.2026	8
Śniadanie	8
Pierwsze danie:	8
Drugie danie:	9
Piątek 05.02.2026	10
Śniadanie:	10
Pierwsze danie:	10
Drugie danie:	11
Legenda (objaśnienia):	12

Jadłospis obowiązujący od 02.02.2026 do 06.02.2026 r.

Poniedziałek 02.02.2026

Śniadanie

Kawa Inka na mleku

Składniki:

- Kawa Inka (**gluten żytni, jęczmienny**), mleko (**mleko**)

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, serkiem wiosennym z rzodkiewką i koperkiem, jajko, pomidor.

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenno, żytni, jęczmienny**)
- Masło (**mleko i jego przetwory**)
- Ser/ twarożek/ (**mleko i jego przetwory**)
- Rzodkiewka, pomidor,
- Jajo (**jajka i produkty pochodne**)

Herbata owocowa

Składniki:

- Herbata owocowa, cytryna, miód

Pierwsze danie:

Zupa wiejska z zacierką

Składniki:

- Marchew, cebula, kapust, czosnek, pulpa pomidorowa, pietruszka, **seler**, por, mąka pszenna (**gluten pszenny**) jajko (**jajka i produkty pochodne**), pietruszka, kapusta, ziemniaki, mleko (**mleko i jego przetwory**), masło (**mleko i jego przetwory**), sól, pieprz.

Gruszka 1szt.

Drugie danie:

Naleśniki z serkiem brzoskwiniowym z kleksem śmietany z wanilią

Składniki:

- Makaron pszenny (**gluten pszenny**), jajo (**jajka i produkty pochodne**) mleko (**mleko i jego przetwory**), twaróg (**mleko i jego przetwory**), brzoskwinia, cukier, śmietana (**mleko i jego przetwory**)

Kompot owocowy

Składniki:

- Jabłko, czerwona porzeczka, wiśnia, cukier

Wtorek 03.02.2026

Śniadanie:

Kasza jaglana na mleku

Składniki:

- Kasza jaglana, mleko (**mleko i jego przetwory**)

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem i miodem.

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, żytni, jęczmienny**)
- Masło (**mleko i jego przetwory**)
- Miód

Herbata z owocowa z cytryna

Składniki:

- Herbata zwykła, miód, cytryna

Cząstki marchewki gruszki, jabłka, banana, kiwi.

Pierwsze danie:

Zupa porowa z serem

Składniki:

- Por, marchew, pietruszka, **seler**, ziemniaki, cebula, czosnek, serek topiony (**mleko i jego przetwory**), majeranek, sól, pieprz.

Drugie danie:

Makaron z filetem drobiowym, szpinakiem i serkiem mascarpone

Składniki:

- Filet z kurczaka, makaron (**gluten pszenny**) mascarpone (**mleko i jego przetwory**)
cebula, czosnek, sól, pieprz.

Woda z cytryną

Środa 04.02.2026

Śniadanie

Kawa Inka na mleku

Składniki:

- Kawa Inka (**gluten żytni, jęczmienny**), mleko (**mleko**)

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, twarożek maślany, jajko, szynka drobiowa, papryka czerwona, ogórek kiszony.

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenno, żytni, jęczmienny**)
- Masło (**mleko i jego przetwory**)
- twaróg, (**mleko i jego przetwory**)
- Jajka (**jajka**)
- Szynka drobiowa,
- papryka czerwona, ogórek kiszony.

Składniki:

Herbata owocowa z cytryną

Składniki:

- Herbata zwykła, miód, cytryna

Pierwsze danie:

Zupa kalafiorowa

Składniki:

- Kalafior, marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, por, mleko (**mleko i jego przetwory**)
pieprz, sól.

Maślanka pomarańczowa

Składniki:

- Maślanka (**mleko i jego przetwory**), pomarańcza

Drugie danie:

Pulpeciki w sosie pomidorowym z kaszą perłowa i surówka z ogórka kiszzonego

Składniki:

- Szynka wieprzowa, mąka pszenna (**gluten pszenny**), jajo (**jajko**) sól, pieprz, kasza perłowa, pulpa pomidorowa, cebula, natka, sól, pieprz, miód, ogórek kiszony, jabłko, oliwa z winogron.

Kompot owocowy

Składniki:

- Owoce leśne, truskawka, jabłko, jeżyna

Czwartek 05.02.2026

Śniadanie

Kluski lane na mleku

Składniki:

- Kluski lane (**gluten pszenny**), mleko (**mleko i jego przetwory**)

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, szynka drobiowa, sałata, pomidor, papryka.

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, żytni, jęczmienny**)
- Masło (**mleko i jego przetwory**)
- Szynka drobiowa
- Pomidor, sałata, papryka.

Herbata cytrynowa

Składniki:

- Herbata zwykła, miód, cytryna

Pierwsze danie:

Zupa nylonowa

Składniki:

- marchew, pietruszka, **seler**, ziemniaki, cebula, sól, por, natka, koper, kasza manna (**gluten pszenny**)

- Sok z wyciskanych owoców

Składniki:

- Marchewka, jabłko, burak

Chrupki kukurydziane

Drugie danie:

Gulasz wieprzowy z warzywami i ziemniaczkami.

Składniki:

- Mięso wieprzowe, pomidory, marchew, kukurydza, czosnek, cebula, bazylia, oregano, olej rafinowany, sól, pieprz, ziemniaki

Kompot owocowy

Składniki:

- Owoce leśne, truskawka, jabłko, jeżyna

Piątek 06.02.2026

Śniadanie:

Kawa Inka na mleku

Składniki:

- Kawa Inka (**gluten jęczmienny, gluten żytni**), mleko (**mleko**)

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, serem żółtym, jajkiem. Półmisek warzyw.

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, żytni, jęczmienny**)
- Masło (**mleko i jego przetwory**)
- Ser żółty (**mleko i jego przetwory**)
- Jajko (**jajko i produkty pochodne**)
- Ogórek kiszony, papryka, sałata

Herbata cytrynowa

Składniki:

- Herbata zwykła, miód, cytryna

Pierwsze danie:

Zupa selerowa

Składniki:

- marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, cebula, czosnek, mleko (**mleko i jego przetwory**), sól, pieprz, koper.

Kisiel owocowy z biszkoptami

Składniki:

- Kisiel (**gluten pszenny**) biszkopty (**mleko i jego przetwory**) (**jaja i produkty pochodne**)

Drugie danie:

Paluszki rybne z zimniakami z koperkiem z surówka z kapusty kiszonej z marchewka i ananasem.

Składniki:

- Ryba dorsz (**ryby i produkty pochodne**), mąka pszenna (**gluten pszenny**), bułka tarta (**gluten pszenny, żytni**), oliwa, zioła prowansalskie, ziemniaki, koperek, marchewka, ananas, kapusta kiszona, olej.

Kompot porzeczkowy

Składniki:

- Czarna porzeczka, czerwona porzeczka, wiśnia, cukier.

Legenda (objaśnienia):

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji są oznaczone wytłuszczonym drukiem

Ilość cukru trzcinowego: 6 g w 220 ml kompotu/ JADŁOSPIS może ulec zmianie!