

JADŁOSPIS OD 12..10.2026 JASNE BŁONIE

	ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK		KOLACJA	
PONIEDZIAŁEK	Szynka wieprzowa 40g masło 10g, pieczywo 150g, herbata 200ml sałata kawa papryka jajko gotowane	K:453 W:53 T:11 B:24		K:69 W:6 T:3 B:5	Botwinka z ziemniakami i majerankiem 400ml makaron z białym serem cynamonem i cukrem i jogurtem 300g	K:487 W:54 T:20 B:20	Deser mleczny	K:271 W:56 T:4 B:2	Pieczeń wieprzowa 50 g ogórek kiszony pieczywo 150g masło 10g herbata 200 ml serek	K:786 W:84 T:16 B:30
ALERGENY	Gluten, mleko, jajko				Mleko, seler, gluten, jajko		Gluten mleko		Mleko gluten,	
WTOREK	JAJECHNICA 2 szt dżem 25g masło 10g, pieczywo 150g kakao 200 ml	K:723 W:95 T:29 B:27		K:57 W:14 T: B:	Zacierka na jarzynach 500 ml wątróbka z kurczaka 100g ziemniaki z zieleciną 150 g sałatka z pekińskiej 100g	K:570 W:75 T:17 B:30	soczek	K:200 W:22 T:12 B:2	cytrynowa 40g, masło 10g pieczywo 150g, herbata 200ml serek topiony 25g ogórek	K:462 W:92 T:14 B:31
ALERGENY	gluten , mleko,jajko				Seler, gluten ,		Mleko, gluten, jajko		Gluten, mleko, gorczyca	
ŚRODA	Szynka wieprzowa 30g twarożek 30g sałata pieczywo 150g masło 10g herbata 250 ml	K:627 W:65 T:23 B:39		K:100 W:14,8 T:2,6 B:3,5	Zupa minestrone z makaronem 500 ml pampuchy z sosem jogurtowo – owocowym 3 szt	K:862 W:87 T:22 B:79	Ciasto	K:170 W:23 T:6,5 B:5	Polędwica sopocka 50g pomidor pieczywo 150 g masło 10g serek topiony 25 g herbata 250ml.	K:453 W:84 T:6 B:23
ALERGENY	Glutem, mleko, soja				Seler , jajko, gluten				Gluten, mleko, gorczyca	
CZWARTEK	miód 25g, parówki na ciepło 2 szt kawa mleczna masło 10g, pieczywo 150g, herbata 200ml sałata ketchup	K:770 W:86 T:33 B:31		K:90 W:9 T:3 B:4	Rosół z makaronem 400ml udko pieczone w przyprawach 100g ziemniaki 150 g buraczki gotowane 100g	K:583 W:75 T:23 B:21	Jabłko	K:98 W:4 T:6 B:9	Krakowska 40g masło 10g, pieczywo 150g, herbata 200ml ser biały ogórek	K:570 W:64 T:19 B:36
ALERGENY	Gluten, mleko, gorczyca				Gluten, jajko, mleko,seler		Mleko , jajko gluten		Mleko ,gluten, soja	
PIĄTEK	Ogonówka 40g, dżem 25g, masło 10g, pieczywo 150g, herbata 200ml sałata ogórek	K:447 W:41 T:21 B:23		K:296 W:40 T:8 B:13	Szczawiowa z ryżem 400ml ryba pieczona 100g ziemniaki z zieleciną 150 g surówka warzywna 100g	K:635 W:67 T:36 B:26	Jogurt	K:168 W:27 T:3,6 B:5,4	Szynka 40g, masło 10g pieczywo 150g, herbata 200ml serek topiony 25g ogórek	K:563 W:64 T:18 B:27
ALERGENY	Mleko ,gorczyca, gluten,				Jajko, gluten mleko „seler		Mleko,		Glutem ,mleko, gorczyca	
SOBOTA	masło 10g, WĘDLINA 40G pieczywo 150g, herbata 200ml ser biały ogórek kawa z mlekiem	K:570 W:64 T:19 B:36		K:100 W:14,8 T:2,6 B:3,5	Ziemniaczana z porem 400m gulasz wieprzowy 120 g kasza 150g surówka z marchwi i jabłka 100g	K:684 W:69 T:29 B:34	CIASTO	K:75 W:20 T:0,2 B:0,5	Polędwica 40g sałata jarzynowa masło 10g pieczywo 150 pomidor 60g herbata	K:524 W:67 T:16 B:27
	Mleko, gluten, gorczyca				Seler, gluten,		Mleko gluten		Gorczyca, mleko, gluten	
NIEDZIELA	szynka 40g pomidor masło 10g pieczywo mieszane herbata serek	K:472 W:94 T:16 B:31		K:291 W:48 T:8 B:7,7	Gryzikowa na jarzynach 450g filet z kurczaka 100g ziemniaki z zieleciną 150g sałata na jogurcie 100g	K:1153 W:121 T:51 B:59	OWOC	K:43 W:10 T:0,1 B:0,6	Szynka 30g ser biały , masło 10g, pieczywo 150g, herbata 200ml sałata ogórek	K:447 W:41 T:21 B:23
	Mleko gluten ,gorczyca				Mleko, gluten, seler ,jajko				Gorczyca, mleko, gluten	