

Jadłospis od 2.03. - 6.03.2026 r – menu bez jajka

Poniedziałek – 2.03.26 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, szynka wiejska, papryka, herbata z cytryną
Obiad	Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i ziemniakami /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, śmietana 30% z mleka, pietruszka natka, zielony groszek, ziemniaki, przyprawy/ Leniwe (bez jajka) z musem z truskawek i jogurtem naturalnym /ziemniaki, ser biały z mleka, mąka pszenna – gluten, mąka ziemniaczana, masło z mleka, truskawki, jogurt naturalny, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Chleb z siemieniem lnianym z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, siemię lniane, masło z mleka/, wędlina krakowska, ogórek kiszony
Wtorek - 3.03.26 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, polędwica z indyka, pomidor, kakao na mleku 2%
Obiad	Krem z białych warzyw z grzankami z bagietki /kalafior, ziemniaki, pietruszka, karczochy, por, cebula, masło, naturalny bulion z warzyw, śmietana 30%, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ Wolno pieczony schab w sosie pieczeniowym, kasza bulgur, surówka z buraczków z jabłkiem /schab, mąka pszenna - gluten, przecier pomidorowy, kasza bulgur – gluten, buraki, jabłko, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Serek ziarnisty /twaróg ziarnisty, śmietanka pasteryzowana, sól/, grissini /mąka pszenna – gluten, olej słonecznikowy, sól, drożdże, oliwa z oliwek/, papryka
Środa – 4.03.26 r	
Śniadanie	Kasza manna na mleku /mleko, kasza manna - gluten/, chleb staropolski (żytni domowy) z masłem /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, pomidor
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem /wywar mięsny drobiowo: indyk; warzywny: marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 30% z mleka, ryż, przyprawy/ Nuggetsy z kurczaka (pieczone) w płatkach kukurydzianych (bez jajka), ziemniaki, mizeria /filet z kurczaka, płatki kukurydziane, siemię lniane, mąka bezglutenowa, ziemniaki, świeży ogórek, jogurt grecki z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Chalka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/ + powidla śliwkowe + marchewka gotowana „mini”

Czwartek - 5.03.26 r	
Śniadanie	Chleb wiejski z masłem / <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>mąka żytnia 720 – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, schab pieczony, papryka, herbata z cytryną
Obiad	Rosół z makaronem, jarzynami i zieloną pietruszką /wywar mięsny: mięso wołowe, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, lubczyk, pietruszka natka, <u>makaron pszenny - mąka pszenna – gluten</u> , przyprawy/ Naleśniki (bez jajka) z jabłkami i polewą jogurtową / <u>mąka pszenna - gluten</u> , <u>mąka żytnia-gluten</u> , napój ryżowy, jabłka, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , cukier brązowy/ Kompot
Podwieczorek	Mus owocowy (jagodowy) z jogurtem naturalnym / <u>jogurt z mleka</u> /, ciasteczka bez jajka
Piątek – 6.03.26 r	
Śniadanie	Bułka kajzerka z masłem / <u>mąka pszenna 500 – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, pasta włoska: twarożek z pomidorami suszonymi i bazylią / <u>ser biały z mleka</u> , suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, kawa zbożowa inka / <u>kawa inka – gluten, mleko</u> /
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; wywar z buraków czerwonych, ziemniaki, <u>śmietana 18% z mleka</u> , zielona pietruszka, czosnek, przyprawy/ Filet z dorsza w panierce bez jajka, ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem / <u>filet z dorsza - ryba</u> , <u>mąka kukurydziana</u> , siemię lniane, bułka tarta bezglutenowa, ziemniaki, ziemniaki, <u>mleko</u> , fasolka, <u>masło z mleka</u> , przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Ciastko bez jajka – wyrób własny

Jadłospis od 9.03. - 13.03.2026 r – menu bez jajka

Poniedziałek – 9.03.26 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, polędwica z indyka, ogórek zielony, herbata z cytryną
Obiad	Żurek staropolski z kielbasą i ziemniakami /wywar mięsny (kielbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, seler, ziemniaki, zakwas żurku, mąka żytnia - gluten, śmietana 30% z mleka, przyprawy/ Ryż z musem owoce leśne na jogurcie naturalnym /ryż, jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka, borówka, jeżyna, malina, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Chleb kukurydziany z masłem /mąka kukurydziana, mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten woda, drożdże, sól, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, pomidor
Wtorek –10.03.26 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, twarożek biały /ser biały z mleka/ + konfitura porzeczkowa, kakao na mleku 2%
Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem i zieloną pietruszką /kalafior, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, śmietana 18% z mleka, makaron pszenny – gluten, pietruszka natka, lubczyk, sól morska, majeranek, koper, pieprz/ Filet drobiowy zapiekany z serem mozzarella i pomidorem, ziemniaki, surówka wiosenna /filet z kurczaka, ser mozzarella z mleka, pomidor, ziemniaki, kapusta pekińska, ogórek świeży, pomidor, rzodkiewka, sos vinegrette: oliwa z oliwek, cytryna, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Bulka z ziarnami z masłem /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka, ziarna/, domowy humus /ciecierzyca pomidor, suszony pomidor, olej rzepakowy, sezam/, papryka
Środa – 11.03.26 r	
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi i żurawiną /mleko, płatki jęczmienne - gluten/, bulka kajzerka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, zielona pasta z awokado z serem białym, pieczonymi warzywami i mielonymi pestkami słonecznika /ser biały z mleka, awokado, marchewka, brokuł, cukinia, pestki słonecznika, jogurt naturalny z mleka/
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem /wywar mięsny, ogórki kwaszone, ryż, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, śmietana 30% z mleka, masło, ryż, lubczyk, susz warzywny, przyprawy/ Spaghetti bolońskie /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, mięso mielone wołowe, pomidory pelati, czosnek, cebula, seler, marchew, por, ser mozzarella, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Kisiel pomarańczowy /skrobia ziemniaczana, kwas cytrynowy, aromat pomarańczowy identyczny z naturalnym, sól, barwnik: ekstrakt z czarnej marchwi, koncentrat soku buraczanego, cukier/, wafle ryżowe

Czwartek - 12.03.26 r	
Śniadanie	Chleb wiejski z masłem / <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, <u>mąka żytnia – gluten</u> , drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u> /, szynka wp, papryka, kawa zbożowa inka / <u>kawa inka – gluten, mleko</u> /
Obiad	Krem z soczewicy z pomidorami, czosnkiem i grzankami /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; soczewica, pomidory pelatti, czosnek, <u>grzanki pszenno-żytnie – gluten</u> , przyprawy/ Racuszki (bez jajka) z jabłkami /napój ryżowy, <u>mąka pszenna- gluten</u> , drożdże, jabłka, olej, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Pana cotta z musem z malin / <u>mleko, jogurt naturalny, śmietana 30%, cukier, żelatyna, maliny mrożone</u> /, palki kukurydziane
Piątek – 13.03.26 r	
Śniadanie	Bulka grahamka z masłem / <u>mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, pasta rybna / <u>tuńczyk- ryba, szczypiorek, papryka, cebula, olej, przyprawy</u> /, herbata z cytryną
Obiad	Krupnik warzywny na kaszy jęczmiennej z ziemniakami i zieloną pietruszką / <u>kasza jęczmienna - gluten, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, pietruszka natka, sól morska, śmietana z mleka, przyprawy</u> / Pierogi ruskie z cebulką, surówka z marchewki, jabłka i soku z pomarańczy / <u>mąka pszenna- gluten, ser biały z mleka, ziemniaki, cebula, marchewka, jabłko, sok z pomarańczy, śmietana 18% z mleka, przyprawy</u> / Kompot
Podwieczorek	Mini „pizzerinki” z serem mozzarella / <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, pomidory pelati, <u>ser mozzarella z mleka, przyprawy</u> /, oliwki zielone i czarne

Jadłospis od 16.03. - 20.03.2026 r – menu bez jajka

Poniedziałek – 16.03.26 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszena 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, kielbasa krakowska, ogórek kiszony, herbata z cytryną
Obiad	Krem z pomidorów z grzankami /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, śmietana 30% z mleka, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ Makaron „świderki” z serem białym i musem brzoskwiniowym /makaron pszenny: mąka pszena – gluten, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, brzoskwinia, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Chlebek kukurydziany z masłem /mąka kukurydziana, mąka pszena – gluten, mąka żytnia – gluten woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, mozzarella /z mleka/ z oliwkami zielonymi i czarnymi i pomidorem
Wtorek – 17.03.26 r	
Śniadanie	Chleb foremka „cegiełka” z masłem /mąka pszena 650 – gluten, mąka pszena 500 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, wiejski twarożek ze szczypiorkiem /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/, herbata żurawinowa
Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem /wywar warzywny: marchew, seler, pieczarki, śmietana 30% z mleka, makaron pszenny – gluten, zielona pietruszka, przyprawy/ Duszony filet z indyka w sosie neapolitańskim, kasza jęczmienna, surówka z białej kapusty z marchewką /filet z indyka, cebula, czosnek, bazylia, oregano, pomidory pelati, kasza jęczmienna – gluten, biała kapusta, marchewka, cebula, oliwa z oliwek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Jogurt naturalny /jogurt z mleka/ z owocami sezonowymi /mango/ i chrupkami kukurydzianymi
Środa – 18.03.26 r	
Śniadanie	Bułka grahamka z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszena 650 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, pasta z szynki drobiowej ze szczypiorkiem /szynka, majonez wegański, szczypiorek/, kawa zbożowa inka /kawa inka – gluten, mleko/
Obiad	Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką /wywar mięsny: mięso wołowe, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszena – gluten, przyprawy/ Sznycelek mielony (bez jajka), ziemniaki, kapusta zasmażana /mięso mielone wieprzowe, kasza jaglana, bułka tarta bezglutenowa, cebula, czosnek, ziemniaki, mleko, masło z mleka, kapusta biała, mąka orkiszowa - gluten, koperek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Budyń czekoladowy /mleko, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kakao, kurkumina, cukier/, pieczywo chrupkie 3 zboża /mąka pszena, żytnia – gluten

Czwartek – 19.03.26 r

Śniadanie	Chleb żytni razowy z masłem / <u>mąka żytnia razowa 2000 - gluten</u> , <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>kwask żytni - gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, polędwica z indyka, ogórek zielony, kakao na mleku 2%
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; wywar z buraków czerwonych, ziemniaki, <u>śmietana 30% z mleka</u> , zielona pietruszka, czosnek, przyprawy/ Pierogi z mięsem /wołowina, cebula, <u>mąka pszenna - gluten</u> , przyprawy/, sałatka z ogórka kiszzonego i cebulki /ogórek kiszony, cebula, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Chleb z siemieniem lnianym z masłem / <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, <u>mąka żytnia – gluten</u> , drożdże, sól, olej rzepakowy, siemię lniane, <u>masło z mleka</u> /, pasta: twarożek typu „tatziki” / <u>ser biały z mleka</u> , jogurt naturalny z mleka, ogórek zielony/, pomidor
Piątek – 20.03.26 r	
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi / <u>mleko</u> chleb staropolski (żytni domowy) z masłem / <u>mąka żytnia 720 - gluten</u> , <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>kwask żytni - gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, ser żółty /z mleka/, pomidor
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem /wywar mięsny: kaczka, <u>śmietana 30% z mleka</u> , marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż, przyprawy/ Paluszki rybne, ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem / <u>filet z ryb białych</u> , <u>mąka typ 500 - gluten</u> , olej słonecznikowy, woda, skrobia ziemniaczana, sól, drożdże, ziemniaki, <u>masło z mleka</u> , fasolka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Ciastko bez jajka – wyrób własny

Jadłospis od 23.03. - 27.03.2026 r – menu bez jajka

Poniedziałek – 23.03.26 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, szynka wiejska, ogórek zielony, herbata z cytryną
Obiad	Barszcz biały z kielbasą i ziemniakami /kielbasa, barszcz w butelce - gluten, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, śmietana 30% z mleka, sól morska, pieprz/ Kopytka z musem bananowym / ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka kukurydziana, jogurt naturalny z mleka, banany, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Chleb słonecznikowy ciemny z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, pszenica prażona, ziarna słonecznika, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, pomidor
Wtorek – 24.03.26 r	
Śniadanie	Chleb żytni razowy z masłem /mąka żytnia razowa 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/ z twarogiem /z mleka/ i konfiturą owocową, herbata z cytryną
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem /wywar warzywny: marchewka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 30% z mleka, makaron pszenny- gluten, zielona pietruszka, przyprawy/ Podudzia pieczone, ziemniaki, sałatka „coleslaw” (bez majonezu) /podudzia pieczone, ziemniaki, mleko, masło z mleka, kapusta biała, cebula. marchewka, olej, cytryna, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Domowy deser owocowy borówkowy /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, borówki, cukier/ + palki kukurydziane
Środa – 25.03.26 r	
Śniadanie	Zupa mleczna: płatki owsiane na mleku /mleko, płatki owsiane- gluten/, chleb foremka „cegielka” z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka pszenna 500 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, szynka drobiowa, ketchup, szczypiorek
Obiad	Zupa grysikowa na rosole /wywar mięsny drobiowy: kurczak – warzywny: marchewka, seler, por; kapusta włoska, ziemniaki, kasza manna z pszenicy – gluten, masło, zielona pietruszka, przyprawy/ Filet drobiowy w panierce bez jajka, ziemniaki, marchewka z groszkiem na ciepło /filet z kurczaka, mąka kukurydziana, siemię lniane, bułka tarta bezglutenowa, ziemniaki, mleko, masło z mleka, marchewka, groszek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Placuszki bez jajka /mąka pszenna - gluten, napój kokosowy, drożdże, cukier/ + powidła owocowe

Czwartek - 26.03.26 r	
Śniadanie	Bulka kajzerka z masłem / <u>mąka pszenna 500 – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, schab pieczony, papryka, kakao na mleku 2%
Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami /wywar mięsny, ogórki kwaszone, ryż, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, <u>śmietana 30% z mleka</u> , <u>masło</u> , ziemniaki, lubczyk, susz warzywny, przyprawy/ Spaghetti bolońskie /makaron spaghetti: <u>mąka pszenna – gluten</u> , mięso mielone wołowe, pomidory pelati, czosnek, cebula, seler, marchew, por, <u>ser mozzarella</u> , przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Buleczka wodna z masłem / <u>mąka pszenna 500</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> / + twarożek biały z szynką i szczypiorkiem / <u>ser biały z mleka</u> , szynka wiejska, szczypiorek/
Piątek – 27.03.26 r	
Śniadanie	Bulka grahamka z masłem / <u>mąka graham 2000 - gluten</u> , <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, pasta rybna z lososia / <u>łosoś - ryba</u> , <u>ser biały</u> , papryka, cebula, przyprawy/, herbata z cytryną
Obiad	Krem wielowarzywny z grzankami /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> , brokuł, kalafior, groszek zielony, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , grzanki: <u>mąka pszenna - gluten</u> , sól przyprawy/ Naleśniki (bez jajka) z waniliowym twarożkiem i polewą malinowo - truskawkową / <u>mąka pszenna - gluten</u> , <u>mąka żytnia- gluten</u> , napój ryżowy, <u>ser biały z mleka</u> , <u>jogurt naturalny z mleka</u> , przyprawa waniliowa, maliny, truskawki, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Ciastko bez jajka – wyrób własny

Jadłospis od 30.03. - 31.03.2026 r – menu bez jajka

Poniedziałek – 31.03.25 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, kielbasa krakowska, ogórek kiszony, herbata z cytryną
Obiad	Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i ziemniakami /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, śmietana 30% z mleka, pietruszka natka, zielony groszek, ziemniaki, przyprawy/ Makaron „muszelki” z prażonymi jabłkami i gruszkami oraz polewą jogurtową - cynamonową /makaron pszenny – gluten, jabłka, gruszki, cynamon, jogurt z mleka, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Chleb żytni razowy z masłem /mąka żytnia razowa 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, filet z indyka, papryka

Wtorek - 31.03.26 r	
Śniadanie	Chleb staropolski (żytni domowy) z masłem /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, pomidor, kakao na mleku 2%
Obiad	Krem z białych warzyw z grzankami z bagietki /kalafior, ziemniaki, pietruszka, karczochy, por, cebula, masło, naturalny bulion z warzyw, śmietana 30%, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ Strogonoff z szynki z papryką i pomidorami, kasza bulgur, ogórek kiszony /szynka wieprzowa, mąka typ 500 - gluten, śmietana 30% z mleka, cebula, pieczarki, ogórek konserwowy, cukinia, pomidory, papryka, kasza bulgur - gluten, ogórek kiszony, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Domowy deser owocowy malinowy /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, maliny, cukier/ + palki kukurydziane