

PONIEDZIAŁEK 18.05.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie: Makaron z sosem bolognese

Makaron (50 g), mięso wieprzowe (100 g), cebula (10 g), czosnek (2 g), pomidory pelatti (60 g), olej rzepakowy (5 g)

NAPÓJ:

Napój pomarańczowy (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKIA : Makaron bez glutenu, bez jajka z sosem bolognese

BEZ LAKTOZY: Makaron z sosem bolognese

PODWIECZOREK: Jabłko (80 g)

WTOREK 19.05.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie: Nuggetsy z kurczaka

Mięso drobiowe (80 g), bułka tarta (5 g), jaja kurza (2 g), olej rzepakowy (5 g)

Ziemniaki (150 g)

Surówka z marchewki z jabłkiem (100 g):Marchew (75 g), jabłko (20 g), cukier (5 g), cytryna (3 g)

NAPÓJ:

Napój woda z miętą i cytryną (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKIA : Nuggetsy z kurczaka soute/ziemniaki/surówka z marchewki

BEZ LAKTOZY: Nuggetsy z kurczaka /ziemniaki/surówka z marchewki

ŚRODA 20.05.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie: Kluski na parze z sosem jogurtowo- truskawkowym

Mąka pszenna (50 g), drożdże piekarskie (2 g), cukier (7 g), jogurt (100 ml), truskawki mrożone (50 g)

NAPÓJ:

Napój jabłkowy (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Ryż sosem jogurtowo - truskawkowym

BEZ LAKTOZY: Ryż z sosem truskawkowym

PODWIECZOREK: Arbuz (80 g)

CZWARTEK 21.05.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie:

Gołąbki w sosie pomidorowym

Kapusta pekińska (50 g)wieprzowina (100 g), koncentrat pomidorowy (4 g), mąka pszenna (3 g), śmietana (10 g), ryż (50 g)

NAPÓJ:

Napój malinowy (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Gołąbki w sosie pomidorowym

BEZ LAKTOZY: Gołąbki w sosie pomidorowym

PODWIECZOREK: Śliwka (80 g)

PIĄTEK 22.05.2026 ALERGENY (1,3,4,7,9)

OBIAD:

II danie: Paluszki rybne

Dorsz (100 g), jaja kurze (7 g), bułka tarta (7 g), olej rzepakowy (5 g)

Ziemniaki (150 g)

Surówka z kapusty białej (100 g):

Kapusta biała (80 g), marchewka (20 g), koperek (5 g), por (3 g), oliwa z oliwek (5 g), cukier (2 g), przyprawy

NAPÓJ:

Kompot z owoców mieszanych (200 ml):owoce mrożone (30 g), cukier (5 g)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Dorsz soute/ziemniaki/ surówka z kapusty białej

BEZ LAKTOZY: Dorsz soute/ziemniaki/surówka z kapusty białej

PONIEDZIAŁEK 25.05.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie: Ryż z jabłkiem i cynamonem

Ryż (50 g), mleko 2 % (100 ml), masło (5 g), jabłko (80 g), cukier (10 g), cynamon (3 g)

NAPÓJ:

Napój truskawkowy (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Ryż z jabłkiem i cynamonem

BEZ LAKTOZY: Ryż z jabłkiem i cynamonem

PODWIECZOREK: Banan (80 g)

WTOREK 26.05.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

II danie: Kotlety mielone

Mięso wieprzowe (80 g), bułka tarta (5 g), jaja kurze (2 g), przyprawy, olej rzepakowy (5 g)

Ziemniaki (150 g)

Sałatka z buraków (100 g):buraki (100 g), jabłko (15 g), cukier (5 g)

NAPÓJ:

Kompot z owoców mieszanych (200 ml):owoce mrożone (30 g), cukier (5 g)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Kotlety mielone/ziemniaki/sałatka z buraków

BEZ LAKTOZY: Kotlety mielone/ziemniaki/sałatka z buraków

ŚRODA 27.05.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie: Makaron z pulpetami mięsnymi w sosie pomidorowym

Mięso drobiowe (100 g), bułka (10 g), śmietana 12 % (10 g), cebula (10 g), czosnek (2 g), pomidory (60 g),
olej rzepakowy (5 g)

Makaron (50 g)

NAPÓJ:

Napój jabłkowy (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Makaron bez glutenu ,bez jajeczny z pulpetami mięsnymi w sosie pomidorowym

BEZ LAKTOZY: Makaron z pulpetami mięsnymi w sosie pomidorowym

PODWIECZOREK: Sałatka owocowa (1000 g)

CZWARTEK 28.05.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie: Gulasz wieprzowy

Łopatka wieprzowa (100 g)

Kasza gryczana (40 g)

Ogórek małosolny (100 g)

NAPÓJ:

Napój woda z miętą i cytryną (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Gulasz wieprzowy/ kasza gryczana/ogórek małosolny

BEZ LAKTOZY: Gulasz wieprzowy / kasza gryczana/ogórek małosolny

PIĄTEK 29.05.2026 ALERGENY (1,3,4,7,9)

OBIAD:

II danie: Stripsy z miruny

Miruna (100 g), jaja kurze (10 g), bułka tarta (10 g), olej rzepakowy (5 g)

Ziemniaki (150 g)

Brokuł gotowany (100 g), masło (5 g)

NAPÓJ:

Napój malinowy (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKIA :Miruna soute/ziemniaki/brokuł

BEZ LAKTOZY: Miruna soute/ziemniaki/brpokuł

Zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady Nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 roku

w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności, które ze szczególnym uwzględnieniem alergenów, muszą być łatwo dostępne tak aby odbiorca miał świadomość, że w odniesieniu do danej żywności występują kwestie związane z alergiami i nietolerancją pokarmową.

W związku z powyższym przy jadłospisie będzie można znaleźć spis alergenów, a przy każdym daniu numer alergenu jaki zawiera to danie.

NUMERY ALERGENÓW WYSTĘPUJĄCYCH W
POSIŁKACH:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy z drzew orzechowych
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

Gramatura:

Zupa	200 ml
Kotlet, filet, sztuka mięsa	80-100g
Łazanki, spaghetti, zapiekanki	150-200g
Gołąbki z sosem, kluski śląskie z sosem	180 g/50 ml
Ziemniaki, kasze, makarony	100- 150g
Surówki	50-80g
Kompot, herbata, kisiel do picia	200 ml