

PONIEDZIAŁEK 01.06.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie: Chili con carne z ryżem

Mięso wieprzowe (80 g), fasolka szparagowa (30 g), groszek (20 g), marchewka (15 g), pomidory (5 g), cebula (5 g), liście pietruszki (3 g), olej rzepakowy (7 g)

Ryż (40 g)

NAPÓJ:

Napój pomarańczowy (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Chili con carne z ryżem

BEZ LAKTOZY: Con carne z ryżem

PODWIECZOREK:

Brzoskwinia (80 g)

WTOREK 02.06.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie: Medaliony z kurczaka

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

Ziemniaki (150 g)

Marchewka z groszkiem na gęsto (100 g): marchewka (50 g), groszek (50 g), śmietana 12 % (5 g), mąka pszenna (5 g)

NAPÓJ:

Napój woda z mięętą i cytryną (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Medaliony z kurczaka soute/ziemniaki/marchewka z groszkiem

BEZ LAKTOZY: Medaliony z kurczaka soute/ziemniaki/marchewka z groszkiem

ŚRODA 03.06.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie: Pyzy z truskawkami

Mąka ziemniaczana (90g), truskawki świeże (50 g), masło (5 g)

NAPÓJ:

Napój jabłkowy (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Pyzy z truskawkami

BEZ LAKTOZY: Pyzy z truskawkami

PODWIECZOREK:

Jabłko (80

PIĄTEK 05.06.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie: Dorsz panierowany

Dorsz (100 g), jaja kurze (2 g), bułka tarta (7 g), olej rzepakowy (5 g)

Ziemniaki (150 g)

Marchewki mini duszone (100 g):marchewka mini (100 g), masło (5 g), miód (5g)

NAPÓJ:

Napój malinowy (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Dorsz soute/ziemniaki/marchewka mini duszona

BEZ LAKTOZY: Dorsz soute/ziemniaki/marchewka mini duszona

PONIEDZIAŁEK 08.06.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie: Potrawka z kurczaka z ryżem i warzywami

Kurczak (100 g), śmietana 18 % (10 g), marchewka, groszek (100 g)

NAPÓJ:

Napój pomarańczowy (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Potrawka z kurczaka z ryżem i warzywami

BEZ LAKTOZY: Potrawka z kurczaka z ryżem i warzywami

WTOREK 09.06.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie: Kotlet schabowy

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

Ziemniaki (150 g)

Mizeria : ogórek świeży (100 g), śmietana 12 % (5 g), cukier (3 g)

NAPÓJ:

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

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Kotlet schabowy soute/ziemniaki/mizeria

BEZ LAKTOZY: Kotlet schabowy soute/ziemniaki/mizeria

ŚRODA 10.06.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie: Kopytka serowe

Ser twarogowy półtłusty(120 g), jaja kurze (25 g), mąka (60 g), cukier (10 g), śmietana 12 % (20 g)

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

NAPÓJ:

Napój truskawkowy (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Kopytka

BEZ LAKTOZY: Kopytka

CZWARTEK 11.06.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

II danie: Pierogi z mięsem i masłem

Mąka (90 g), jaja kurze (25 g), mięso wieprzowe (40 g), masło

NAPÓJ:

Napój jabłkowy (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Kluski z mięsem

BEZ LAKTOZY: Kluski z mięsem

PODWIECZOREK:

Arbuz (80 g)

PIĄTEK 12.06.2026 ALERGENY (1,3,4,7,9)

II danie: Paluszki rybne

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

Ziemniaki (150 g)

Surówka z kapusty kiszonej (100 g): kapusta kiszona (40 g), marchewka (20 g), jabłko (20 g), oliwa z oliwek (5 g),
cukier (5 g)

NAPÓJ:

Napój woda z miętą i cytryną (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKIA : Miruna soute/ziemniaki/surówka z kapusty kiszonej

BEZ LAKTOZY: Miruna soute/ziemniaki/surówka z kapusty kiszonej

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