

PONIEDZIAŁEK 15.06.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie: Gulasz wieprzowy

Łopátka wieprzowa (100 g)

Kasza jęczmienna (40 g)

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

NAPÓJ:

Napój pomarańczowy (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Gulasz wieprzowy z kaszą gryczaną/salátka z buraków

BEZ LAKTOZY: Gulasz wieprzowy z kaszą gryczaną/ salátka z buraków

WTOREK 16.06.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie: Stripsy z kurczaka

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

Ziemniaki (150 g)

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

NAPÓJ:

Napój woda z miętą i cytryną (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Stripsy z kurczaka soute/ziemniaki/marchewka mini duszona

BEZ LAKTOZY: Stripsy z kurczaka /ziemniaki/ marchewka mini duszona

ŚRODA 17.06.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie: Ryż z sosem truskawkowym

Ryż (50 g), jogurt (100 ml), truskawki mrożone (50 g), miód (5 g)

NAPÓJ:

Napój jabłkowy (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKIA : Ryż sosem truskawkowym

BEZ LAKTOZY: Ryż z sosem truskawkowym

PODWIECZOREK:

Kanapka: bułka (30 g), masło (5 g), ser żółty (20 g), wędlina (20 g), ogórek zielony (20 g)

CZWARTEK 18.06.2026 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:

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

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

BEZ LAKTOZY: Makaron z sosem bolognese

PODWIECZOREK:

Salatka owocowa (100 g)

PIĄTEK 19.06.2026 ALERGENY (1,3,4,7,9)

OBIAD:

II danie: Klopsiki rybne

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

Ziemniaki (150 g)

Ogórek małosolny (100 g)

NAPÓJ:

Napój truskawkowy (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Klopsiki rybne soute/ziemniaki/ogórek małosolny

BEZ LAKTOZY: Klopsiki rybne soute/ziemniaki/ogórek małosolny

PONIEDZIAŁEK 22.06.2026 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 malinowy (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Ryż z jabłkiem i cynamonem

BEZ LAKTOZY: Ryż z jabłkiem i cynamonem

PODWIECZOREK :

Kanapka: bułka grahamka (30 g), masło (5 g), pasztet drobiowy (20 g), ogórek kiszony (20 g)

WTOREK 23.06.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie: Makaron z pulpetami mięsnymi w sosie pomidorowym

Mięso wieprzowe (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 :

Banan (80 g)

ŚRODA 24.06.2026 ALERGENY (1,3,7,9)

OBIAD:

II danie: Kotlet drobiowy panierowany

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

Napój woda z miętą i cytryną (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKJA : Kotlet drobiowy soute/ziemniaki/surówka z kapusty białej

BEZ LAKTOZY: Kotlet drobiowy soute/ziemniaki/surówka z kapusty białej

CZWARTEK 25.06.2026 ALERGENY (1,3,4,7,9)

OBIAD:

II danie: Pierogi ruskie z masłem

Ser twaróg, ziemniakami z cebulką ,przyprawy

NAPÓJ:

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

BEZ GLUTENU/BEZ JAKIA :Kluski z mięsem

BEZ LAKTOZY: Kluski z mięsem

PODWIECZOREK :

Jabłko (80 g)

PIĄTEK 26.06.2026 ALERGENY (1,3,4,7,9)

OBIAD:

II danie: Filet z miruny

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

Ziemniaki (150 g)

Marchewka z groszkiem (100 g): marchewka (50 g), groszek (50 g), masło (5 g),

NAPÓJ:

Napój pomarańczowy (200 ml)

BEZ GLUTENU/BEZ JAKIA : Miruna soute/ziemniaki/marchewka z groszkiem

BEZ LAKTOZY: Miruny/ziemniaki/marchewka z groszkiem

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