
ŚRODA
01.10.2025

ŚNIADANIE

Bułka wieloziarnista, masło,
Ser żółty, wędlina
talerz warzywno-owocowy
Kakao

OBIAD

Zupa krupnik jęczmienny
Spaghetti z warzywami
Kompot

PODWIECZOREK

Drożdżówka,
Mleko

Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.

CZWARTEK
02.10.2025

ŚNIADANIE

Płatki ryżowe na mleku, chleb
pszenny, masło roślinne,
jajko,
talerz warzywno-owocowy
Herbata

OBIAD

Zupa koperkowa z
ziemniakami,
kotlet mielony, kasza bulgur,
buraczki zasmażane
Lemoniada

PODWIECZOREK

Kisiel,
chrupki kukurydziane

Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.

PIĄTEK
03.10.2025

ŚNIADANIE

Bułka pszenna, masło,
twaróg,
talerz warzywno-owocowy
kawa inka

OBIAD

Zupa pomidorowa z ryżem,
Paluszki rybne, ziemniaki,
surówka z kapusty pekińskiej
z olejem
Woda z cytryną

PODWIECZOREK

Owoc,
ciastko wielozbożowe

Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1.Zboża zawierające gluten (m.in. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz); 2.Skorupiaki; 3.Jaja; 4.Ryby; 5.Orzeszki ziemne (arachidowe); 6.Soja; 7.Mleko; 8.Orzechy (m.in. migdały, orzechy laskowe); 9.Seler; 10.Gorzyczka; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Łubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka. Jadłospis może ulec zmianie

PONIEDZIAŁEK

06.10.2025

ŚNIADANIE

Bułka pszenna, masło,
parówka
talerz warzywno-owocowy
herbata owocowa

OBIAD

Zupa gulaszowa
Makaron z owocami
Kompot.

PODWIECZOREK

Chałka z masłem roślinnym
Mleko

Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.

WTOREK

07.10.2025

ŚNIADANIE

Płatki kukurydziane na mleku,
Chleb żytni, masło roślinne,
wędlna drobiowa
talerz warzywno-owocowy
Herbata

OBIAD

Zupa łazankowa
Gołąbki bez zawijania
ziemniaki
Ogórek kiszony
Woda z cytryną

PODWIECZOREK

Mus owocowo-warzywny

Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.

ŚRODA

08.10.2025

ŚNIADANIE

Chleb pszenny, masło
ser żółty
talerz warzywno-owocowy,
Kakao

OBIAD

Barszcz czerwony z jajkiem
Pyzy z mięsem
surówka z kiszonej kapusty
Kompot

PODWIECZOREK

Wafel ryżowy
owoce

Alergeny: 1. 7. 9. 10.

CZWARTEK

09.10.2025

ŚNIADANIE

Kasza manna na mleku
Bułka, masło roślinne
dżem
talerz warzywno-owocowy
Herbata

OBIAD

Zupa ziemniaczana z kielbasą
Paella z kurczakiem, ryż
Sok

PODWIECZOREK

Budyń z owocami
herbatniki

Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.

PIĄTEK

10.10.2025

ŚNIADANIE

Chleb żytni, masło roślinne
Pasta jajeczna
talerz owocowo - warzywny
Kawa inka

OBIAD

Zupa z fasoli szparagowej
Ryba, ziemniaki
Sur. z marchewki i jabłkiem
w sosie chrzanowym
Sok

PODWIECZOREK

Serek Świeżuch
biszkopty

Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1.Zboża zawierające gluten (m.in. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz); 2.Skorupiaki; 3.Jaja; 4.Ryby; 5.Orzeszki ziemne (arachidowe); 6.Soja; 7.Mleko; 8.Orzechy (m.in. migdały, orzechy laskowe); 9.Seler; 10.Gorzyczka; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Łubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka.

Jadłospis może ulec zmianie

PONIEDZIAŁEK

13.10.2025

ŚNIADANIE

Chleb pszenny, masło
Wędlna drobiowa
talerz warzywno-owocowy
kakao

Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.

OBIAD

Zupa grochowa
Makaron z sosem szpinakowym
Sok

PODWIECZOREK

Bułka maślana
Soczek

WTOREK

14.10.2025

ŚNIADANIE

Płatki owsiane na mleku
Bułka, masło roślinne,
jajko
talerz warzywno-owocowy
Herbata

Alergeny: 1. 3. 4. 7. 9. 10.

OBIAD

Rosół z makaronem
Bitki duszone z warzywami
ziemniaki
kompot

PODWIECZOREK

Ciasteczka owsiane
owoce

ŚRODA

15.10.2025

ŚNIADANIE

Chleb wielozziarnisty, masło,
Wędlna,
talerz warzywno-owocowy
Kawa inka

Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.

OBIAD

Zupa z dyni
Filet drobiowy panierowany
ryż
Surówka z buraczków z jabłkiem
i olejem
woda z cytryną

PODWIECZOREK

Mus owocowy
Biszkopty

CZWARTEK

16.10.2025

ŚNIADANIE

Płatki wielozbożowe na mleku,
bułka pszenna, masło
Ser żółty
talerz warzywno-owocowy.
Herbata owocowa

Alergeny: 1. 7. 9. 10.

OBIAD

Zupa kalafiorowa
Gulasz wieprzowy,
ziemniaki
Surówka z ogórka kiszzonego
Lemoniada

PODWIECZOREK

Budyń z sosem malinowym
chrupki kukurydziane

PIĄTEK

17.10.2025

ŚNIADANIE

Chleb pszenno-żytni, masło
pasta rybna
talerz warzywno-owocowy.
Herbata

Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.

OBIAD

Kapuśniak z kiszonej kapusty
Pierogi z tłuszczem
owoc
Kompot

PODWIECZOREK

Jogurt z owocami
Herbatniki

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1.Zboża zawierające gluten (m.in. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz); 2.Skorupiaki; 3.Jaja; 4.Ryby; 5.Orzeszki ziemne (arachidowe); 6.Soja; 7.Mleko; 8.Orzechy (m.in. migdały, orzechy laskowe); 9.Seler; 10.Gorzycza; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Łubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka.

Jadłospis może ulec zmianie

PONIEDZIAŁEK

20.10.2025

ŚNIADANIE

Musli na mleku,
Chleb żytni
wędlina drobiowa
talerz warzywno-owocowy
herbata owocowa

OBIAD

Zupa meksykańska
Makaron serem twarogowym i
tłuszczem
Sok

PODWIECZOREK

Wafel ryżowy
owoce

Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.

WTOREK

21.10.2025

ŚNIADANIE

Bułka pszenna, masło
Twarożek z rzodkiewką i
szypiorkiem
Owoce
Kakao

OBIAD

Rosół z makaronem
Kotlet schabowy,
Ziemniaki
Mizeria
Woda z cytryną

PODWIECZOREK

Mus
owocowo-warzywny

Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.

ŚRODA

22.10.2025

ŚNIADANIE

Kasza manna na mleku,
Chleb pszenny, masło roślinne
ser żółty
talerz warzywno-owocowy
Herbata

OBIAD

Zupa żurek z ziemniakami
Gulasz drobiowo-warzywny
kasza jęczmienna
Kompot

PODWIECZOREK

Kisiel z owocami
biszkopty

Alergeny: 1. 7. 9. 10.

CZWARTEK

23.10.2025

ŚNIADANIE

Bułka wieloziarnista, masło,
Pasta jajeczna
talerz warzywno-owocowy
Kawa inka

OBIAD

Zupa z zielonego groszku z
pomidorami i makaronem
Filet rybny, ziemniaki
Surówka z kapusty czerwonej z
olejem
Lemoniada malinowa

PODWIECZOREK

Chąłka, masło
mleko

Alergeny: 1. 3. 4. 7. 9. 10.

PIĄTEK

24.10.2025

ŚNIADANIE

Bułka pszenna, masło
dżem
owoce
Kawa inka

OBIAD

Barszcz ukraiński
Kopytka z masłem i bułką tartą
Surówka z marchewki z serem i
jogurtem
Woda z cytryną

PODWIECZOREK

Mus owocowy
Herbatniki

Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1.Zboża zawierające gluten (m.in. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz); 2.Skorupiaki; 3.Jaja; 4.Ryby; 5.Orzeszki ziemne (arachidowe); 6.Soja; 7.Mleko; 8.Orzechy (m.in. migdały, orzechy laskowe); 9.Seler; 10.Gorzyczka; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Łubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka.

Jadłospis może ulec zmianie

PONIEDZIAŁEK

27.10.2025

ŚNIADANIE

Chleb pszenny, masło,
Parówka, keczup
talerz warzywno-owocowy
Herbata owocowa

Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.

OBIAD

Zupa brokułowa
Spaghetti z warzywami
Sok

PODWIECZOREK

Budyń
andruty

WTOREK

28.10.2025

ŚNIADANIE

Płatki wielozbożowe na mleku
Bułka pszenna, masło
Serek kanapkowy
talerz warzywno-owocowy
Herbata

Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.

OBIAD

Zupa ogórkowa
Kotlet pożarski, ziemniaki,
Pomidory z jogurtem
woda z cytryną

PODWIECZOREK

Koktajl jogurtowy
Biszkopty

ŚRODA

29.10.2025

ŚNIADANIE

Płatki kukurydziane na mleku,
Chleb słonecznikowy, masło
wędlna drobiowa
talerz warzywno-owocowy
Herbata

Alergeny: 1. 7. 9. 10.

OBIAD

Zupa z soczewicy
Kopytka leniwe z masłem i
bułką tartą,
Surówka wielowarzywna z
jogurtem
Lemoniada

PODWIECZOREK

Bułka, serek waniliowy
Herbata

CZWARTEK

30.10.2025

ŚNIADANIE

Makaron na mleku, bułka
pszenna, masło,
miód
owoce
Herbata owocowa

Alergeny: 1. 3. 4. 7. 9. 10.

OBIAD

Zupa wiejska
Forsmak
Kompot

PODWIECZOREK

Ciasto drożdżowe
(drożdżówka)
Mleko

PIĄTEK

31.10.2025

ŚNIADANIE

Chleb pszenny, masło
jajko
talerz warzywno-owocowy
Kakao

OBIAD

Zupa fasolowa
Ryba, ziemniaki,
warzywa gotowane
Kompot

PODWIECZOREK

Serek świeżuch
Herbatniki

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1.Zboża zawierające gluten (m.in. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz); 2.Skorupiaki; 3.Jaja; 4.Ryby; 5.Orzeszki ziemne (arachidowe); 6.Soja; 7.Mleko; 8.Orzechy (m.in. migdały, orzechy laskowe); 9.Seler; 10.Gorzyczka; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Łubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka.

Jadłospis może ulec zmianie