

JADŁOSPIS

DATA: 04.05.2026 – 08.05.2026

	Kaloryczność	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD		PODWIECZOREK
Poniedziałek	Energia: 1119 kcal Białko: 32.27 g Tłuszcz: 35.31 g Węglowodany ogółem: 165.7 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, ser żółty Gouda 7, pasztet drobiowo wieprzowy 1,3,9, ogórek kiszony, herbata owocowa bez cukru	Owoc sezonowy	Zupa z zielonej fasolki szparagowej i groszku z ryżem na wywarze mięsny 9	Makaron świderki z białym serem polany sosem z owoców 1,7, woda niegazowana	Jabłko, kruche ciasteczka 1,3,7
		B/glut.: chleb bezglutenowy, pasztet bezglutenowy 3,9 B/mlecz.: masło roślinne typu wege, ser wegański 8		B/glut.: B/mlecz.:	B/glut.: makaron bezglutenowy z białym serem i sosem 7 B/mlecz.: makaron z twarogiem wegańskim polany sosem z owoców 1,8	B/glut.: ciasteczka bezglutenowe 3,7 B/mlecz.: ciasteczka z masłem roślinnym 1,3
Wtorek	Energia: 1087 kcal Białko: 36.48 g Tłuszcz: 39.56 g Węglowodany ogółem: 141.39 g	Chleb żytni, baltonowski, graham, masło 7, polędwica sopocka, pasta z tofu ze szczypiorkiem 6, herbata rooibos bez cukru	Owoc sezonowy	Krem marchewkowo-kukurydziany na wywarze warzywnym z grzankami 1,9	Klopsiki z indyka 1,3 w sosie koperkowym 1,7, ryż paraboliczny na sypko, surówka z modrej kapusty z jabłkiem, woda niegazowana	Jogurt naturalny z musem jabłkowo-brzoskwiniowym i płatkami kukurydzianymi 7
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: masło roślinne typu wege		B/glut.: krem z grzankami bezglutenowymi 9 B/mlecz.:	B/glut.: klopsiki bezglutenowe 3 w sosie bezglutenowym 7 B/mlecz.: sos na bazie śmietanki roślinnej*,1	B/glut.: B/mlecz.: jogurt roślinny*
Środa	Energia: 1024 kcal Białko: 33.07 g Tłuszcz: 45.97 g Węglowodany ogółem: 116.53 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, kiełbaski drobiowe 90%, pasta twarogowa z zieloną pietruszką 7, mix sałat, oliwki, herbata z pokrzywy bez cukru	Owoc sezonowy	Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze warzywnym 9	Łopatka w sosie pieczeniowym z warzywami korzennymi 9, kasza jęczmienna na sypko 1, woda niegazowana	Banan, biszkopty 1,3
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: masło roślinne typu wege, humus 11		B/glut.: B/mlecz.:	B/glut.: kasza gryczana na sypko B/mlecz.:	B/glut.: biszkopty bezglutenowe 3 B/mlecz.:
Czwartek	Energia: 1143 kcal Białko: 41.92 g Tłuszcz: 31.58 g Węglowodany ogółem: 171.06 g	Kakao domowe z mlekiem 1,6,7 pieczywo żytnie 1, masło 7, dżem wiśniowy niskosłodzony, rolada biała parzona z warzywami, herbata owocowa bez cukru	Owoc sezonowy	Rosół z zacierką i zieloną pietruszką na wywarze mięsny 1,3,9	Paluszki rybne 1,3,4, ziemniaki puree 7, surówka z kiszanej kapusty z marchewką, woda niegazowana	Smoothie marchewkowo-malinowe, chlebek wasa 1
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: masło roślinne typu wege, kakao domowe z napojem roślinnym 1,6, *		B/glut.: rosół z zacierką bezglutenową 3,9 B/mlecz.:	B/glut.: paluszki rybne bezglutenowe 3,4 B/mlecz.: ziemniaki puree z margaryną roślinną	B/glut.: chlebek bezglutenowy B/mlecz.:
Piątek	Energia: 1090 kcal Białko: 28.34 g Tłuszcz: 37.52 g Węglowodany ogółem: 156.95 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, szynka drobiowa, pasta paprykowa z białym serem i oliwą z oliwek 7, herbata z lipy bez cukru	Owoc sezonowy	Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze mięsny 9	Kartacze z mięsem polane masłem i cebulką 3,7, marchewka puree 7, woda niegazowana	Francuskie paluchy z serem 1,7 ogórek zielony
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: masło roślinne typu wege		B/glut.: B/mlecz.:	B/glut.: B/mlecz.: kartacze z mięsem polane masłem roślinnym z cebulką 3, marchewka puree z masłem roślinnym	B/glut.: paluchy bezglutenowe z serem 7 B/mlecz.: paluchy z serem wegańskim 1,8

Liczba oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 (lista alergenów zamieszczona obok); Zastrzega się możliwość wprowadzenia zmian do jadłospisu

*Wykorzystywane napoje roślinne: kokosowe 8 / owsiane 1 / sojowe 6 / jaglane; jogurty roślinne: sojowy 6/ kokosowy 8; śmietanka roślinna: sojowa 6 / ryżowa / kokosowa 8

