

JADŁOSPIS

DATA: 15.06.2026 – 19.06.02026

	Kaloryczność	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	
Poniedziałek	Energia: 1057 kcal Białko: 34.97 g Tłuszcz: 29.7 g Węglowodany ogółem: 159.1 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, ser żółty Gouda 7, szynka drobiowa, pomidor, herbata z melisy bez cukru B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: masło roślinne typu wege, ser wegański 1,5,6,8,12	Owoc sezonowy	Krem ze szparagów z groszkiem ptysiowym wywarze warzywnym 1,9 B/glut.: krem z groszkiem bezglutenowym 9 B/mlecz.: -	Makron świderki z sosem bolońskim z bazylią 1, woda niegazowana B/glut.: makaron bezglutenowy z sosem bolońskim B/mlecz.:	Babka cytrynowa z konfiturą morelową 1,3,7 B/glut.: bezglutenowa babka cytrynowa z konfiturą morelową 3,7 B/mlecz.: babka cytrynowa na maśle roślinnym z konfiturą morelową 1,3, *
Wtorek		Energia: 1063 kcal Białko: 40.14 g Tłuszcz: 32.36 g Węglowodany ogółem: 149.13 g		Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, pasta brokułowa z serkiem feta 7, szynka wieprzowa 9,10, herbata z dziką różą bez cukru B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: masło roślinne typu wege, pasta brokułowa z serkiem wege 1,5,6,8,12	Owoc sezonowy	Zupa pomidorowa z makaronem grysik na wywarze warzywnym 1,7,9 B/glut.: zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowym 7,9 B/mlecz.: zupa pomidorowa z makaronem z napojem roślinnym 1, *,9
Środa	Energia: 1120 kcal Białko: 38.74 g Tłuszcz: 42.74 g Węglowodany ogółem: 143.17 g		Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, parówki drobiowe 6,9,10, ketchup 9,10, ser żółty 7, rzodkiewka, sałata lodowa, herbata z lipy bez cukru B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: masło roślinne typu wege, ser wege 1,5,6,8,12	Owoc sezonowy		Krem z cukinii z kuskusem indyjskim na wywarze warzywnym 1,9 B/glut.: krem z cukinii z kaszą jaglaną 9 B/mlecz.: -
Czwartek		Energia: 1110 kcal Białko: 36.16 g Tłuszcz: 34.82 g Węglowodany ogółem: 159.06 g	Płatki owsiane na mleku 1,7, pieczywo żytnie 1, masło 7, dżem porzeczkowy niskosłodzony 100%, herbata z pokrzywy bez cukru B/glut.: chleb bezglutenowy, płatki b/glutenowe na mleku 7 B/mlecz.: masło roślinne typu wege, płatki owsiane na napoju roślinnym 1, *		Owoc sezonowy	Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym 7,9 B/glut.: B/mlecz.: barszcz ukraiński ze śmietaną roślinną *,9
Piątek	Energia: 1052 kcal Białko: 43.15 g Tłuszcz: 35.23 g Węglowodany ogółem: 137.94 g		Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, szynka z kotła, serek smażony-wyrób własny 7, pomidor, herbata owocowa bez cukru B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: masło roślinne typu wege, serek wegański 1,5,6,8,12	Owoc sezonowy		Kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami i koperkiem na wywarze mięsnym 9 B/glut.: B/mlecz.:

Liczba oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. 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

