

Jadłospis 18 - 22.05.2026

📅 18.05.2026 Poniedziałek

Zupa

**Zupa Shreka z twarogiem i śmietaną** 250ml  
Składniki: woda, szpinak, mrożony, ziemniaki, marchew, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), śmietanka 30% (z **mleka**), **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, cebula, ocet jabłkowy, ziele angielskie, liść laurowy, sól biała, pieprz, lubczyk świeży, koperek /dla alergików bez śmietany i sera

II danie

**Indyk w sosie słodko-kwaśnym** 180g  
Składniki: mięso z piersi indyka, bez skóry, mieszanka warzyw chińska, mrożona (marchew, papryka, kalafior, kiełki fasoli mung, pietruszka, pędy bambusa, por, cebula, grzyby chińskie mun), pomidory krojone w puszcze (pomidory, sok pomidorowy, regulator kwasowości – kwas cytrynowy), ananas, olej rzepakowy, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, mąka jaglana, miód pszczeli, cytryna, papryka słodka

**Ryż paraboliczny** 100 g

**Sok jabłkowo- owocowy 100%** 100 g

**Woda**

📅 19.05.2026 Wtorek

Zupa

**Krupnik z kaszą jęczmienną na wywarze drobiowym** 250ml  
Składniki: woda, kasza **jęczmienna**, pęczak, nogi z kurczaka, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, pieprz, sól biała, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk /dla alergików z kaszą jaglaną

II danie

**Kotlety mielone** 90g  
Składniki: wieprzowina karkówka, wołowina pieczeń, cebula, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, pieprz, koperek /dla alergików z bułką bezglutenową (mąka kukurydziana, mąka z sorgo, sól, dekstroza)

**Ziemniaki z koperkiem** 150g

Składniki: ziemniaki, masło klarowane (z **mleka**), koperek, sól biała /dla alergików bez masła

**Sałata z pomidorem, ogórkiem i oliwą** 85g

Składniki: ogórek, pomidor, sałata, oliwa, szczypiorek

**Kompot owocowy** 200ml

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier trzcinowy

**Woda**

📅 20.05.2026 Środa

Zupa

**Żurek na zakwasie żytnim z jajkiem, kielbaską i śmietaną 12 %** 250g  
Składniki: woda, zakwas na żurek (woda, mąka **żytnia**, czosnek, liście laurowe, ziarna ziela angielskiego), marchew, ziemniaki, kielbasa drobiowo-wieprzowa (filet z kurczaka, mięso wieprzowe, sól, cukier, substancja zagęszczająca: karagen, białko wieprzowe, aromaty, substancja konserwująca: azotyn sodu, naturalna osłonka wieprzowa), **jaja** kurze całe, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, śmietana 12% (z **mleka**), cebula, por, chrzan tarty (korzeń chrzanu, cukier, cytryna, woda, olej rzepakowy, sól) /dla alergików bez śmietany i zakwasu

II danie

**Burger szpinakowo-fasolowy** 70 g  
Składniki: warzywa 56 % (szpinak 28 %, ziemniaki, czerwona fasola (woda, czerwona fasola), cebula), mąka **pszenna**, mąka z **pszenicy** durum, ser mozzarella (z **mleka**), olej rzepakowy, **jaja**, czosnek, skrobia ziemniaczana, sól, bazylija, pieprz czarny, drożdże, gałka muszkatołowa /dla alergików pulpet: kasza jaglana, fasola biała, cebula, szpinak, sól, pieprz

**Puree z selera** 150g

Składniki: ziemniaki, **seler** korzeniowy, śmietanka 30% (z **mleka**), jabłko, masło klarowane (z **mleka**), cytryna, sól o obn. zaw. sodu /dla alergików z napojem sojowym: baza **sojowa** [woda, obłuszczone ziarno **soi** 8%], cukier, regulator kwasowości: fosforany potasu, węglan wapnia, aromat, sól morską, stabilizator: guma gellan, witaminy: B6, B12, D, E

**Dip jogurtowo-koperkowy** 30g

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), śmietana 18% (z **mleka**), majonez kielecki (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet spirytusowy, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych), koperek, sól o obn. zaw. sodu/ dla alergików na bazie jogurtu sojowego: woda, obłuszczone ziarno soi, stabilizator (pektyny) wapń, regulator kwasowości [cytryniany sodu, kwas cytrynowy], przeciwutleniacze [mieszanka tokoferoli, estry kwasów tłuszczowych I kwasu askorbinowego], naturalny aromat, sól morską, witaminy: B6, B12, D2, kultury jogurtowe

**Warzywa na parze** 85g

Składniki: mieszanka warzyw królewska, mrożona (marchew, brokuł, kalafior), masło klarowane (z **mleka**) / dla alergików bez masła

**Bufet owocowy** 80g

Składniki: melon, pomarańcza, kiwi, jabłko, banan, winogrona bez pestek

**Woda**

📅 21.05.2026 Czwartek

Zupa

**Zupa krem z kalafiora ze śmietaną 30 % i groszkiem ptysiowym** 250ml  
Składniki: woda, kalafior, mrożony, ziemniaki, **seler** korzeniowy, śmietanka 30% (śmietanka z **mleka**, stabilizator: karagen), pietruszka, korzeń, groszek ptysiowy (**jaja**, mąka **pszenna**, olej rzepakowy, sól), por, cebula, sól biała, lubczyk świeży, pieprz /dla alergików bez śmietany i groszku ptysiowego

II danie

**Gulasz wołowy** 150g  
Składniki: wołowina pieczeń, woda, cebula, olej rzepakowy, musztrada (woda, **gorczyca**, ocet spirytusowy, cukier, sól, błonnik cytrusowy, przyprawy), mąka gryczana

**Kasza gryczana na sypko** 100g

Składniki: woda, kasza gryczana, sól biała

**Ogórek kiszony** 60 g

**Sok marchwiowo-jabłkowy 100%** 100 g

**Woda**

📅 22.05.2026 Piątek

Zupa

**Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem i śmietaną 30 %** 250ml  
Składniki: woda, marchew, pomidory krojone w puszcze (pomidory, sok pomidorowy, regulator kwasowości – kwas cytrynowy), makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** wyczajnej), **seler** korzeniowy, por, pietruszka, korzeń, koncentrat pomidorowy, 30%, cebula, śmietanka 30% (śmietanka, stabilizator: karagen), **seler** naciowy, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie /dla alergików bez śmietany, z makaronem ryżowym (woda, mąka ryżowa, sól)

II danie

**Pulpety rybne w panierce kokosowej** 90g  
Składniki: filet z **miruny** mrożonej (**ryba**), **jaja** kurze całe, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), mąka ryżowa, olej rzepakowy, wiórki kokosowe, koperek, natka pietruszki /dla alergików z bułką bezglutenową (mąka kukurydziana, mąka z sorgo, sól, dekstroza)

**Ziemniaki z koperkiem** 150g

Składniki: ziemniaki, masło klarowane (z **mleka**), koperek, sól biała /dla alergików bez masła

**Szparagi zielone z masłem cytrynowym**

Składniki: szparagi, cytryna, masło klarowane (z **mleka**) /dla alergików bez masła

**Bufet owocowy** 80g

Składniki: ananas, pomarańcza, jabłko, kiwi, banan, winogrona bez pestek

**Woda**

