



## Jadłospis ZSP5

### 11.05.2026 Poniedziałek

#### Śniadanie

**KANAPKA Z SEREM, SZYNKĄ I WARZYWAMI 100g:** chleb( pszenno-żytni), chleb( orkiszowy), ser gouda tusty (z mleka), szynka wiejska, pomidor, sałata rzymska, ogórek, masło śmietankowe (z mleka)

**KAKAO SOJOWE 250ml** : napój (sojowy), woda, ksylitol, kakao 16%, proszek

#### Obiad

**BARSZCZ BIAŁY Z KLOPSIKAMI 300ml.** woda, ziemniaki, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), wieprzowina łopatka, śmietana 12% (z mleka), jaja kurze całe, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

**RACUCHY DROŻDŻOWE Z CUKREM PUDREM 200g:** mąka (pszenna, )typ 450, (mleko)krowie, 2% tłuszczu, olej rzepakowy, (jaja) kurze całe, cukier, drożdże piekarskie, prasowane, cukier puder

**JABŁKO 100g, WODA**

#### Podwieczorek

**BUŁKA WIELOZIARNISTA Z MASŁEM 100g,**

**KIĘLBASKI ŚNIADANIOWE I WARZYWA W KAWAŁKU 100g** :bułki wieloziarniste (pszenica, żyto, jęczmień, owies), kielbasa śląska, masło ekstra (z mleka)

**PAPRYKA SŁUPKI 50g** : papryka czerwona **HERBATA Z MELISY 200ml** : woda, herbata z melisy

### 12.05.2026 Wtorek

#### Śniadanie

**KLUSKI ŁANE NA MLEKU 250 ml** : (mleko) krowie, 3,2% tłuszczu, (jaja) kurze całe, mąka (pszenna,) typ 500, cukier z prawdziwą wanilią

**KANAPKA Z SZYNKĄ I WARZYWAMI, KANAPKA Z DŻEMEM 100g** :chleb (pszenno-żytni), pomidor, sałata rzymska, chleb pełnoziarnisty z( żyta, )masło śmietankowe (z mleka), szynka z indyka, dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, rzodkiewka

#### Obiad

**KREM Z GROSZKU ZIELONEGO I SZPINAKU 300ml:** woda, groszek zielony, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), szpinak, grzanki o smaku czosnkowym (pszenica, jajka, mleko, seler), śmietana 12% (z mleka), masło ekstra (z mleka), pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, czosnek niedźwiedzi suszony, sól o obn. zaw. sodu

**KOTLET Z PIERSI KURCZAKA PANIEROWANY 100g:** mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, (mleko)krowie, 2% tłuszczu, mąka pszenna, typ 450, bułka tarta (pszenica), (jaja) kurze całe, otręby (pszenne), czarnuszka, sól biała, pieprz

**PIECZONE BATATY 100g:** bataty, olej rzepakowy

**SURÓWKA Z SELERA I BRZOSKWINI 100g:** (seler) korzeniowy, brzoskwinia, miód pszczeli, jogurt grecki (z mleka), majonez (jajka, gorczyca), sól o obn. zaw. sodu

**ANANAS ,OGÓREK SŁUPKI** :ogórek **WODA** , **NAPÓJ OWOCOWY** : woda, purena -koncentrat owocowy

#### Podwieczorek

**SORBET OWOCOWY 250 ml** : jabłko, brzoskwinia, maliny, mrożone, cukier trzcinowy, chia, nasiona (szałwia hiszpańska), mięta

**CHRUPKI KUKURYDZIANE 20g**

### 13.05.2026 Środa

#### Śniadanie

**KANAPKA Z SZYNKĄ I WARZYWAMI 50g** chleb (pszenno-żytni,) chleb( orkiszowy), szynka wiejska, pomidor, sałata rzymska, ogórek, masło śmietankowe (z mleka)

**BUŁKA GRAHAMKA Z MIODEM 50g:** bułki( pszenne )grahamki, miód pszczeli, masło ekstra (z mleka)

**HERBATA OWOCOWA Z LIPĄ 250ml:** woda, cukier trzcinowy, herbata owocowa, herbata z lipy

## Obiad

### KAPUŚNIAK Z MŁODEJ KAPUSY 300ml

woda, kapusta biała, ziemniaki, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), udo z kurczaka, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

**MAKARON Z GRILOWANYMI WARZYWAMI** zielony makaron (pszenica, jajka), warzywa grilowane, kielbasa śląska, czosnek, boczek wędzony bez kości, masło ekstra (z mleka), sól biała, pieprz

**TRUSKAWKI, WODA, NAPÓJ OWOCOWY** : woda, purena -koncentrat owocowy

## Podwieczorek

**KISIEL DO PICIA 200ml** : woda, kisiel w proszku

**BULKA MAŚLANA Z MASŁEM 50g** : bułka maślana (pszenica, jajka, mleko), masło ekstra (z mleka)

**ŻURAWINA SUSZONA 50g**

## 14.05.2026 Czwartek

### Śniadanie

**KANAPKA Z SEREM, HUMMUSEM I WARZYWAMI 100g**: chleb (pszenno-żytni), chleb (orkiszowy), ser gouda tłusty (z mleka), hummus, masło ekstra (z mleka), pomidor, ogórek kiszony, sałata rzymska, rzodkiewka

**KAWA ZBOŻOWA 200ml** :napój (sojowy), kawa zbożowa (żyto, jęczmień), ksylitol

## Obiad

**ZUPA OGÓRKOWA 300ml**: woda, ziemniaki, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), ogórek kiszony, mięso z piersi kurczaka, bez skóry, udo z kurczaka, śmietana 12% (z mleka), koperek, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól o obn. zaw. sodu

**KARKWÓKA OPIEKANA W SOSIE WŁASNYM 150g**: wieprzowina karkówka, woda, cebula, mąka ryżowa, olej rzepakowy, czosnek, sól o obn. zaw. sodu, pieprz, papryka słodka

**KASZA NA SYPKO 100g**: woda, kasza bulgur (pszenica), masło ekstra (z mleka), sól o obn. zaw. sodu

**SURÓWKA Z BURACZKÓW 100g**: burak, cebula, cytryna, olej rzepakowy

**WODA 250ml BANAN 100g**

## Podwieczorek

**DROŻDŻÓWKA Z KRUSZONKĄ 100g**(pszenica, jajka, mleko)

**HERBATA ZIOŁOWA 250ml** : woda, herbata z melisy

**MORELE SUSZONE 50g**

## 15.05.2026 Piątek

### Śniadanie

**KANAPKA Z PASTĄ Z JAJKA 100g**: bułka paryska (pszenica), chleb pełnoziarnisty z żyta, jaja kurze całe, rzodkiewka, papryka kolorowa, pomidor, masło ekstra (z mleka), szczypiorek, majonez (jajka, gorczyca), pieprz, sól o obn. zaw. sodu

**HERBATA Z CYTRYNĄ 200 ml**: woda, cukier, miód pszczeli, herbata czarna

## Obiad

**ZUPA MARCHEWKOWA Z ZACIERKĄ 300ml** : woda, marchew, udo z kurczaka, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), mięso z piersi kurczaka, bez skóry, makaron (pszenny) bezjajeczny, sól o obn. zaw. sodu, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz

**HALIBUT PIECZONY 100g**: (halibut) biały świeży, mąka ryżowa, olej rzepakowy, sól o obn. zaw. sodu

**ZIEMNIAKI 100g** :ziemniaki, koperek, sól biała

**SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ 100g**: kapusta kiszona, cebula, marchew, olej rzepakowy, ksylitol, pieprz

**WODA SOK WARZYWNO-OWOCOWY 100% 200ml** : sok jabłko, marchew krajowych 100%

**KALAREPA SŁUPKI 50g** : kalarepa

## Podwieczorek

**MONTE 150g** (z mleka)

**CHLEB CHRUPKI 18g** (pszenica, żyto) **MARCHEWKA SŁUPKI 50 g** : marchew

Jadłospis z przyczyn niezależnych od nas może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych. Dostawca: mięsa oraz wędlin MAS-DROB, pieczywo-Piekarnia RYBKA