



Jadłospis Zsp5

20.07.2026 Poniedziałek

Śniadanie

KANAPKA Z SERKIEM, PASZTETEM I WARZYSKAMI 95g: chleb (pszenno-żytni), chleb (orkiszowy) (pszenica, jęczmień), serek śmietankowy (z mleka), paszter-wieprzowy(przenica,soja,seler), pomidor, sałata rzymska, ogórek, masło śmietankowe (z mleka)

KAKAO OWSIANE 200ml: napój(owsiany), woda, ksylitol, kakao 16%,

Obiad

KREM Z SOCZEWICY I SUSZONYMI POMIDORAMI 300ml: ziemniaki, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), pomidory suszone w oleju, soczewica czerwona, nasiona suche, cebula, majeranek, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól o obn. zaw. sodu

PLACKI ZIEMNIACZANE ZE ŚMIETANĄ 250g: ziemniaki, młode, mąka pszenna, typ 450, śmietana 12% (z mleka), cebula, (mleko) krowie, 2% tłuszczu,(jaja) kurze całe, olej rzepakowy, pieprz, sól o obn. zaw. sodu, ksylitol

NAPÓJ OWOCOWY 200g: woda, purena -koncentrat owocowy

PAPRYKA SŁUPKI 50g : papryka czerwona

Podwieczorek

BULKA PARYSKA Z MASŁEM 55g

Składniki: bułka paryska (pszenica), masło ekstra (z mleka)

KABANOSY 60 g

OGÓREK SŁUPKI 50g: ogórek

HERBATA ZIOŁOWA 200ml woda, herbata z melisy

21.07.2026 Wtorek

Śniadanie

KASZA MANNA NA MLEKU 200g:(mleko) krowie, 2% tłuszczu, kasza manna (pszenica), cukier z prawdziwą wanilią

BULKA GRAHAMKA Z SZYNKĄ I WARZYSKAMI, MIODEM 85g: bułki (pszenne) grahamki, szynka z indyka, pomidor, ogórek, miód pszczeli, masło ekstra (z mleka)

Obiad

ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM 300g: pieczarki świeże, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), mięso z udźca indyka, bez skóry, śmietana 12% (z mleka), makaron (pszenny) bezjajeczny, cebula, masło ekstra (z mleka), liść laurowy, sól o obn. zaw. sodu, pieprz, ziele angielskie

KOTLET Z PIERSI KURCZAKA PANIEROWANY 110g: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułka tarta (pszenica), mleko krowie, 2% tłuszczu, jaja kurze całe, olej rzepakowy, otręby (pszenne), czarnuszką, sól o obn. zaw. sodu, pieprz

ZIEMNIANKI MŁODE Z KOPERKIEM 150g: ziemniaki, młode, koperek, sól o obn. zaw. sodu

SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ 110g: kapusta pekińska, ogórek kiszony, kukurydza, mrożona, ksylitol, cytryna, olej z pestek winogron, koperek, pieprz, sól o obn. zaw. sodu

WODA Z CYTRYNĄ 200ml: woda, cytryna **JABŁKO** szt

Podwieczorek

PALUCH PTYSIOWY 50G :mąka (przena),(jaja) kurze, masło (z mleka)

HERBATA ZIOŁOWA 180ml: woda, cukier trzcinowy, herbata owocowa, herbata z lipy **TRUSKAWKI** 100 g

22.07.2026 Środa

Śniadanie

KANAPKA Z PASZTETOWĄ WEGE I WARZYSKAMI 90g: chleb (pszenno-żytni), chleb (orkiszowy) (pszenica, jęczmień), pomidor, ogórek kiszony, margaryna roślinna, rzodkiewka

PASZTETOWA 12g: ciecierzka konserwowa, (tofu), sos(sojowy) o obniżonej zaw. soli, papryka wędzona, majeranek, pieprz

HERBATA OWOCOWA 180ml: woda, cukier, herbata owocowa

Obiad

ZUPA LETNIA 300ml: woda, ziemniaki, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), mięso z piersi kurczaka, bez skóry, marchew, mrożona, brokuły, mrożone, kalarepa, mrożona, kasza (**jęczmienna**), pęczak, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

ŁAZANKI Z SOCZEWICĄ 250g: kapusta biała, pieczarki świeże, makaron (**pszenny**) łazanki, cebula, soczewica zielona, nasiona suche, oliwa, liść laurowy, ziele angielskie, zioła prowansalskie, majeranek, pieprz, papryka wędzona

NAPÓJ OWOCOWY 200g: woda, purena -koncentrat owocowy **MELON** 100 g **WODA** 250ml: woda

Podwieczorek

KISIEL DO PICIA 250g: woda, kisiel w proszku

CHAŁKA Z MASŁEM 55gchałki (**pszenne**) (**jaja**), masło ekstra (z **mleka**) **ŻURAWINA SUSZONA** 50 g

23.07.2026 Czwartek

Śniadanie

KANAPKA Z SEREM I WARZYSAMI, KANAPKA Z DŻEMEM 90g: chleb (**pszenno-żytni**), chleb pełnoziarnisty z **żyta**, ser gouda tłusty (z **mleka**), pomidor, sałata rzymska, dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, masło śmietankowe (z **mleka**), rzodkiewka, ogórek

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

Obiad

ZUPA KALAFIOROWA 300g: kalafior, mrożony, ziemniaki, udo z kurczaka, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), śmietana 12% (z **mleka**), sól o obn. zaw. sodu, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz

POTRAWKA Z KURCZAKA 150g: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, woda, groszek zielony, mrożony, marchew, pietruszka, korzeń, masło ekstra (z **mleka**), cebula, mąka (**pszenna**), typ 450, śmietana 12% (z **mleka**), natka pietruszki, sól o obn. zaw. sodu, pieprz

RYŻ BIAŁY GOTOWANY 150g: ryż biały, masło ekstra (z **mleka**), sól o obn. zaw. sodu

BANAN 100 g

WODA Z CYTRYNĄ 180ml: woda, cytryna

Podwieczorek

SOK WIELOWARZYSNY 100% 200 g

CHRUPKIE PIECZYWO 22g: chleb chrupki (**pszenica**, **żyto**), masło ekstra (z **mleka**)

MORELE, 50 g

24.07.2026 Piątek

Śniadanie

KANAPKA Z SZYNKĄ, HUMUSEM I WARZYSAMI 90g: chleb **pszenno-żytni**, chleb **orkiszowy** (**pszenica**, **jęczmień**), hummus, baton szynkowy z indyka, masło ekstra (z **mleka**), pomidor, ogórek kiszony, sałata rzymska, rzodkiewka

HERBATA Z CYTRYNĄ 180ml: woda, cukier, miód pszczeli, herbata czarna

Obiad

ZUPA BOSMANA 300ml: woda, (**losoś**) świeży (**ryba**), pomidory w puszcze krojone, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, masło ekstra (z **mleka**), makaron bezjajeczny z semoliny (**pszenica**), czosnek, natka pietruszki, sok ze świeżej cytryny, sól o obn. zaw. sodu, pieprz, papryka słodka, liść laurowy, ziele angielskie

KOTLET JAJECZNY 100g: (**jaja**) kurze całe, bułki (**pszenne**) zwykłe, natka pietruszki, mąka (**pszenna**), typ 450, otręby (**pszenne**), olej z pestek winogron

ZIEMNIANKI MŁODE Z KOPERKIEM 150g: ziemniaki, młode, koperek, sól o obn. zaw. sodu

WARZYWA NA PARZE 150g: fasola szparagowa, masło ekstra (z **mleka**), sól o obn. zaw. sodu

ARBUZ 100 g

NAPÓJ OWOCOWY 200gwoda, purena -koncentrat owocowy

WODA 250ml: woda

Podwieczorek

JOGURT MORELOWY, 1,5% TŁUSZCZU (z **mleka**) 150 g

WAFLE RYŻOWE 20 g **BORÓWKI** 100 g

Jadłospis z przyczyn niezależnych od nas może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych. Skład produktów znajduje się u Intendenta.

Dostawca: mięsa oraz wędlin MAS-DROB, pieczywo-Piekarnia RYBKA