

# JADŁOSPIS

| JADŁOSPIS W DNIU 19.10.2026 PONIEDZIAŁEK                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ŚNADANIE                                                                                                                                                                                                                                                       | OBLAD                                                                                                                                                                                                                                         | PODWIECZOREK                                                                                                                                                                                       |
| Kasza manna na <b>mleku</b> ( <b>pszenica, jaja</b> ).<br>Pieczywo mieszane ( <b>mleko, pszenica, żyto, nasiona sezamu</b> ) z masłem ( <b>mleko</b> ), pasta z kielbasy ( <b>jaja</b> ), ogórek kiszony, biała rzodkiew.<br><b>Czas na witaminki</b> – jabłko | Zupa krem z soczewicy na wywarze jarskim ( <b>seler korzeniowy</b> ) z grzankami ( <b>pszenica</b> ).<br>Kurczak w sosie słodko-kwaśnym, ryż mieszany (biały/brazowy).<br><b>Lemoniada pomarańczowa</b>                                       | Chalka z masłem ( <b>jaja, mleko, pszenica</b> ), <b>mleko</b> bananowe.<br>                                    |
| JADŁOSPIS W DNIU 20.10.2026 WTOREK                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                    |
| ŚNADANIE                                                                                                                                                                                                                                                       | OBLAD                                                                                                                                                                                                                                         | PODWIECZOREK                                                                                                                                                                                       |
| Pieczywo mieszane ( <b>pszenica, żyto, nasiona sezamu, mleko</b> ) z masłem ( <b>mleko</b> ), pieczona pierś z indyka, papryka czerwona, sałata.<br>Kakao ( <b>mleko</b> ).<br><b>Czas na witaminki</b> – melon                                                | Zupa jarzynowa z makaronem ( <b>seler korzeniowy, jaja, pszenica</b> ).<br><b>Jajko</b> sadzone, ziemniaki, fasolka szparagowa.<br><b>Kompot wielowocowy</b>                                                                                  | Sakiewki z ciasta francuskiego z pieczarką i żółtym serem ( <b>mleko, jaja, pszenica</b> ), ogórek kiszony.<br> |
| JADŁOSPIS W DNIU 21.10.2026 ŚRODA                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                    |
| ŚNADANIE                                                                                                                                                                                                                                                       | OBLAD                                                                                                                                                                                                                                         | PODWIECZOREK                                                                                                                                                                                       |
| Pieczywo mieszane ( <b>pszenica, żyto, nasiona sezamu, mleko</b> ) z masłem ( <b>mleko</b> ), twarożek ( <b>mleko</b> ) z rzodkiewką i szczypiorkiem, pomidor.<br>Kawa zbożowa ( <b>jęczmień, żyto, mleko</b> ).<br><b>Czas na witaminki</b> – ananas          | Krem z dyni na wywarze jarskim ( <b>seler korzeniowy</b> ) z prażonymi pestkami słonecznika.<br>Kasza <b>jęczmienna</b> z sosem pieczarkowo-mięsny ( <b>pszenica</b> ), brokuł gotowany.<br><b>Lemoniada cytrynowa</b>                        | Kisiel brzoskwiniowy, chrupki kukurydziane.<br>                                                               |
| JADŁOSPIS W DNIU 22.10.2026 CZWARTEK                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                    |
| ŚNADANIE                                                                                                                                                                                                                                                       | OBLAD                                                                                                                                                                                                                                         | PODWIECZOREK                                                                                                                                                                                       |
| Pieczywo mieszane ( <b>pszenica, żyto, nasiona sezamu, mleko</b> ) z masłem ( <b>mleko</b> ), szynka z kotła, sałata, ogórek.<br>Rumianek.<br><b>Czas na witaminki</b> – gruszka                                                                               | Zupa grysikowa ( <b>seler korzeniowy</b> ).<br>Makaron ( <b>pszenica, jaja</b> ) z twarogiem ( <b>mleko</b> ) i musem truskawkowym.<br><b>Kompot wielowocowy</b>                                                                              | Skyr waniliowy ( <b>mleko</b> ), banan.<br>                                                                   |
| JADŁOSPIS W DNIU 23.10.2026 PIĄTEK                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                    |
| ŚNADANIE                                                                                                                                                                                                                                                       | OBLAD                                                                                                                                                                                                                                         | PODWIECZOREK                                                                                                                                                                                       |
| Płatki quinoa na <b>mleku</b> ,<br>Pieczywo mieszane ( <b>mleko, pszenica, żyto, nasiona sezamu</b> ), hummus z soczewicy czerwonej ( <b>sezam</b> ), papryka żółta, pomidor.<br><b>Czas na witaminki</b> – marchewka                                          | Barszcz biały z kielbasą ( <b>pszenica, żyto, seler korzeniowy</b> ).<br>Kotlet rybny ( <b>pszenica, ryby, jaja</b> ), ziemniaki, surówka z pora, jabłka i kukurydzy z jogurtem naturalnym ( <b>mleko</b> ).<br><b>Lemoniada pomarańczowa</b> | Nektar Kubusia Puchatka, ciastko zbożowe ( <b>pszenica, jaja, mleko</b> ).<br>                                |

**SKŁADNIKI ALERGENNE ZAPISANO POGRUBIONĄ CZCIONKĄ**

**JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE**