

📅 18.05.2026 Poniedziałek**Obiad****Gulasz wieprzowy w sosie własnym**

90 g

Składniki: wieprzowina łopatką, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej) (z **mleka**), cebula, mąka **pszenna**, typ 450, olej rzepakowy, pieprz, sól biała

Kasza jęczmienna wiejska (kasza jęczmienna gruba, produkt może zawierać pszenicę, owies lub żyto)

30 g

Surówka z buraczków z cebulką

80 g

Składniki: burak, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól biała

Kompot owocowy

180 ml

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Zupa jarzynowa z ziemniakami

300 ml

Składniki: ziemniaki, groszek zielony, mrożony, marchew, fasolka szparagowa, mrożona, kalafior, mrożony, porcja rosółowa z kurczaka, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej) (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, koperek, por

Energia: 562 kcal

📅 19.05.2026 Wtorek**Obiad****Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym**

90 g

Składniki: wieprzowina łopatką, koncentrat pomidorowy, 30%, cebula, mąka **pszenna**, typ 500, **jaja** kurze całe, sól biała, pieprz

Ziemniaki

120 g

Fasolka szparagowa, gotowana

80 g

Składniki: fasolka szparagowa, mrożona

Ogórek kiszony

30 g

Kompot owocowy

180 ml

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, porcja rosółowa z kurczaka, koperek, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej) (z **mleka**), por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Energia: 482 kcal

📅 20.05.2026 Środa**Obiad****Filet z kurczaka panierowany z otrębami i płatkami kukurydzianymi, ziemniaki**

200 g

Składniki: ziemniaki, mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), otręby **pszenne**, płatki kukurydziane, mąka **pszenna**, typ 450

Surówka z kapusty pekińskiej, papryki, marchewki i kukurydzy

80 g

Składniki: kapusta pekińska, papryka czerwona, marchew, kukurydza, konserwowa, cebula, olej rzepakowy

Kompot owocowy

180 ml

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Rosół z makaronem świderki

300 g

Składniki: woda, marchew, makaron świderki (semolina z **pszenicy** durum), porcja rosółowa z kurczaka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, pieprz, ziele angielskie, sól biała, liść laurowy

Energia: 557 kcal

📅 21.05.2026 Czwartek**Obiad****Filet z mintaja w panierce z otrębów**

60 g

Składniki: **mintaj** świeży, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, otręby **pszenne**

Paluszki rybne smażone

50 g

Składniki: paluszki **rybne** mrożone, olej rzepakowy

Ziemniaki

120 g

Surówka z białej kapusty, marchewki, cebuli i koperku

80 g

Składniki: kapusta biała, marchew, cebula, koperek

Kompot owocowy

180 ml

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Zupa szpinakowa z ziemniakami i jajkiem

300 ml

Składniki: ziemniaki, szpinak, mrożony, **jaja** kurze całe, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej) (z **mleka**), por, czosnek

Energia: 554 kcal

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

📅 22.05.2026 Piątek**Obiad****Ryż z owocami i śmietaną**

150 g

Składniki: ryż biały, brzoskwinia w syropie, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej) (z **mleka**), truskawki, mrożone, ananas, plastry w syropie, jogurt naturalny (**mleko** pasteryzowane, kultury bakterii jogurtowych), rodzynki, suszone, cukier puder, cynamon

Herbata czarna

180 ml

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Żurek z kiełbasą i ziemniakami

300 ml

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kiełbasa słowiańska (mięso wieprzowe 82%, woda, skrobia ziemniaczana, białko **sojowe**, e262, e451, glukoza, e316, sól, e621,przyprawy, dekstroza, błonnik bambusowy, e250, jelita wieprzowe, produkt może zawierać **seler**, **gorczycę**, laktozę lub **gluten**), porcja rosółowa z kurczaka, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej) (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól biała

Energia: 501 kcal