

| JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE 28.09 – 02.10.2026                                                                                                                                                                             |                       |                                                          |                                                                                                                       |                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| ŚNIADANIE                                                                                                                                                                                                            | ZUPA                  |                                                          | OBIAD                                                                                                                 |                                                        |
| PONIEDZIAŁEK                                                                                                                                                                                                         |                       |                                                          |                                                                                                                       |                                                        |
| Herbata truskawkowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo pszenno-żytnie(1)<br>Serek ziołowy (własnej roboty) (7)<br>Szynka chlebowa (6)<br>Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor                                                  | Malinowa maślanka (7) | Zupa krem czosnkowy z grzankami (1,9)                    | Dyniowe kaszotto warzywne z soczewicą czerwoną<br>Kalafior z bułką tartą (1)<br>Kompot owocowy                        | Banan + morele suszone                                 |
| WTOREK                                                                                                                                                                                                               |                       |                                                          |                                                                                                                       |                                                        |
| Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wieloowocowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo graham (1)<br>Parówki z kurczaka z keczupem<br>Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona                                                | Gruszka               | Zupa ogórkowa z ziemniaczkami i koperkiem (7,9,10)       | Makaron z twarożkiem i polewą jogurtowo-brzoskwiniovą (1,7)<br>Kompot owocowy                                         | Wafle ryżowe z humusem i ogórkiem                      |
| ŚRODA                                                                                                                                                                                                                |                       |                                                          |                                                                                                                       |                                                        |
| Domowa granola czekoladowa z orzechami na mleku (1,7,8)/<br>Herbata malinowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo graham (1)<br>Paszтет z miruny z warzywami (własnej roboty) (1,3,4)<br>Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek | Sok jabłko-wiśnia     | Krupnik z kasza jęczmienną z warzywami (1,9)             | Kotlet schabowy w panierce (1,3)<br>Ziemniaki gotowane<br>Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem<br>Kompot owocowy    | Deserek a la tiramisu (1,3,7)                          |
| CZWARTEK                                                                                                                                                                                                             |                       |                                                          |                                                                                                                       |                                                        |
| Kasza manna na mleku z jabłuszkami prażonym (1,7)/ Herbata wieloowocowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo pszenno-żytnie (1)<br>Ser żółty Gouda (7)<br>Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka                                    | Jabłko                | Kremowa zupa pieczarkowa z makaronem i warzywami (1,7,9) | Gulasz drobiowy z kurczaka z warzywami (9)<br>Kopytka (1)<br>Surówka z buraczków<br>Kompot owocowy                    | Kisiel owocowy (własnej roboty) + chrupki kukurydziane |
| PIĄTEK                                                                                                                                                                                                               |                       |                                                          |                                                                                                                       |                                                        |
| Herbata malinowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo pełnoziarniste (1,11)<br>Twarożek z rzodkiewką(7)<br>Jajko na twardo (3)<br>Warzywa: sałata, pomidor, papryka                                                              | Melon                 | Zupa krem pomidorowy z bazylią i serem mozzarella (7,9)  | Kotlety rybne z miruny w sosie koperkowo-śmietanowym (1,4,7)<br>Ryż paraboliczny<br>Brokuł gotowany<br>Kompot owocowy | Buteczka cynamonowa z jabłkiem (1,3,7)                 |

Dzienne zapotrzebowanie energetyczne dla grupy 4-6 lat wynosi 1400 kcal, jadłospis dostarcza 70-75 % dziennego zapotrzebowania: ok. 1015 kcal

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/11: 1-Zboża zawierające gluten, 2-Skorupiaki i produkty pochodne, 3-Jaja i produkty pochodne, 4-Ryby i produkty pochodne, 5-Orzechy ziemne i produkty pochodne, 6-Soja i produkty pochodne, 7-Mleko i produkty pochodne, 8-Orzechy i produkty pochodne, 9-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 11-Sezam i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki, 13-Lubin i produkty pochodne, 14-Mięczaki i produkty pochodne. Dodatkowo informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków. Catering zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie z przyczyn od nas niezależnych.



# JADŁOSPIS DIETA Z OGRANICZENIEM PRODUKTÓW ZAWIERAJĄCYCH GLUTEN 28.09 – 02.10.2026

## ŚNIADANIE

## ZUPA

## OBIAD

### PONIEDZIAŁEK

|                                                                                                                                                                |                       |                                         |                                                                              |                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| Herbata truskawkowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo bezglutenowe<br>Serek ziołowy (własnej roboty) (7)<br>Szynka chlebową (6)<br>Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor | Malinowa maślanka (7) | Zupa krem czosnkowy z grzankami b/g (9) | Dyniowe kaszotto warzywne z soczewicą czerwoną<br>Kalafior<br>Kompot owocowy | Banan + morele suszone |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------|

### WTOREK

|                                                                                                                                                                |         |                                                    |                                                                               |                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo bezglutenowe<br>Parówki z kurczaka z keczupem<br>Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona | Gruszka | Zupa ogórkowa z ziemniaczkami i koperkiem (7,9,10) | Makaron b/g z twarogiem i polewą jogurtowo-brzoskwinową (7)<br>Kompot owocowy | Wafle ryżowe z humusem i ogórkiem |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|

### ŚRODA

|                                                                                                                                                                                                |                   |                                         |                                                                                                                      |                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| Płatki kukurydziane na mleku (7)/ Herbata malinowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo bezglutenowe<br>Pasta warzywna z marchewki i soczewicy (własnej roboty)<br>Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek | Sok jabłko-wiśnia | Krupnik z kasza jaglaną z warzywami (9) | Kotlet schabowy w panierce b/g (3)<br>Ziemniaki gotowane<br>Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem<br>Kompot owocowy | Deserek a la tiramisu z ciasteczkami b/g (7) |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|

### CZWARTEK

|                                                                                                                                                                   |        |                                                            |                                                                                                    |                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| Ryż na mleku z jabłuszkiem prażonym (7)/ Herbata wieloowocowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo bezglutenowe<br>Ser żółty Gouda (7)<br>Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka | Jabłko | Kremowa zupa pieczarkowa z makaronem b/g i warzywami (7,9) | Gulasz drobiowy z kurczaka z warzywami (9)<br>Kopytka b/g<br>Surówka z buraczków<br>Kompot owocowy | Kisiel owocowy (własnej roboty) + chrupki kukurydziane |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|

### PIĄTEK

|                                                                                                                                                |       |                                                         |                                                                                                                         |                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| Herbata malinowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo bezglutenowe<br>Twarożek z rzodkiewką(7)<br>Jajko na twardo (3)<br>Warzywa: sałata, pomidor, papryka | Melon | Zupa krem pomidorowy z bazylią i serem mozzarella (7,9) | Kotlety rybne b/g z miruny w sosie koperkowo-śmietanowym (4,7)<br>Ryż paraboliczny<br>Brokuł gotowany<br>Kompot owocowy | Muffinka bezglutenowa z morelą (3,7) |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/11: 1-Zboża zawierające gluten, 2-Skorupiaki i produkty pochodne, 3-Jaja i produkty pochodne, 4-Ryby i produkty pochodne, 5-Orzechy ziemne i produkty pochodne, 6-Soja i produkty pochodne, 7-Mleko i produkty pochodne, 8-Orzechy i produkty pochodne, 9-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 11-Sezam i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki, 13-Lubin i produkty pochodne, 14-Mięczaki i produkty pochodne. Dodatkowo informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków. Catering zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie z przyczyn od nas niezależnych.

# JADŁOSPIS DIETA WEGETARIAŃSKA 28.09 – 02.10.2026

## ŚNIADANIE

## ZUPA

## OBIAD

### PONIEDZIAŁEK

|                                                                                                                                                                 |                          |                                          |                                                                                                |                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| Herbata truskawkowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo pszenno-żytnie(1)<br>Serek ziołowy (własnej roboty) (7)<br>Szynka roślinna<br>Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor | Malinowa maślanka<br>(7) | Zupa krem czosnkowy z grzankami<br>(1,9) | Dyniowe kaszotto warzywne z soczewicą czerwoną<br>Kalafior z bułką tartą (1)<br>Kompot owocowy | Banan + morele suszone |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|

### WTOREK

|                                                                                                                                                                       |         |                                                    |                                                                              |                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wieloowocowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo graham (1)<br>Kiełbaski roślinne z keczupem<br>Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona | Gruszka | Zupa ogórkowa z ziemniaczkami i koperkiem (7,9,10) | Makaron z twarożkiem i polewą jogurtowo-brzoskwinową (1,7)<br>Kompot owocowy | Wafle ryżowe z humusem i ogórkiem |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|

### ŚRODA

|                                                                                                                                                                                     |                   |                                              |                                                                                                               |                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| Domowa granola czekoladowa z orzechami na mleku (1,7,8)/<br>Herbata malinowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo graham (1)<br>Hummus z ciecierzycy<br>Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek | Sok jabłko-wiśnia | Krupnik z kasza jęczmienną z warzywami (1,9) | Nuggetsy wegetariańskie (1)<br>Ziemniaki gotowane<br>Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem<br>Kompot owocowy | Deserek a la tiramisu (1,3,7) |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|

### CZWARTEK

|                                                                                                                                                                                   |        |                                                          |                                                                                                                   |                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| Kasza manna na mleku z jabłuszkami prażonym (1,7)/ Herbata wieloowocowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo pszenno-żytnie (1)<br>Ser żółty Gouda (7)<br>Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka | Jabłko | Kremowa zupa pieczarkowa z makaronem i warzywami (1,7,9) | Gulasz warzywny z falafelem z ciecierzycy i kukurydzy (1)<br>Kopytka (1)<br>Surówka z buraczków<br>Kompot owocowy | Kisiel owocowy (własnej roboty) + chrupki kukurydziane |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|

### PIĄTEK

|                                                                                                                                                         |       |                                                         |                                                                                         |                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| Herbata malinowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo pełnoziarniste (1,11)<br>Twarożek z rzodkiewką(7)<br>Jajko na twardo (3)<br>Warzywa: sałata, pomidor, papryka | Melon | Zupa krem pomidorowy z bazylią i serem mozzarella (7,9) | Tofu-kotlet w panierce (1,3,6)<br>Ryż paraboliczny<br>Brokuł gotowany<br>Kompot owocowy | Buteczka cynamonowa z jabłkiem (1,3,7) |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/11: 1-Zboża zawierające gluten, 2-Skorupiaki i produkty pochodne, 3-Jaja i produkty pochodne, 4-Ryby i produkty pochodne, 5-Orzechy ziemne i produkty pochodne, 6-Soja i produkty pochodne, 7-Mleko i produkty pochodne, 8-Orzechy i produkty pochodne, 9-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 11-Sezam i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki, 13-Lubin i produkty pochodne, 14-Mięczaki i produkty pochodne. Dodatkowo informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków. Catering zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie z przyczyn od nas niezależnych.

# JADŁOSPIS DIETA BEZJAJECZNA 28.09 – 02.10.2026

## ŚNIADANIE

## ZUPA

## OBIAD

### PONIEDZIAŁEK

|                                                                                                                                                                     |                          |                                          |                                                                                                |                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| Herbata truskawkowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo pszenno-żytnie(1)<br>Serek ziółowy (własnej roboty) (7)<br>Szynka chlebową (6)<br>Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor | Malinowa maślanka<br>(7) | Zupa krem czosnkowy z grzankami<br>(1,9) | Dyniowe kaszotto warzywne z soczewicą czerwoną<br>Kalafior z bułką tartą (1)<br>Kompot owocowy | Banan + morele suszone |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|

### WTOREK

|                                                                                                                                                                      |         |                                                    |                                                                             |                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wieloowocowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo graham (1)<br>Parówki z kurczaka z keczupem<br>Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona | Gruszka | Zupa ogórkowa z ziemniaczkami i koperkiem (7,9,10) | Makaron z twarogiem i polewą jogurtowo-brzoskwinową (1,7)<br>Kompot owocowy | Wafle ryżowe z humusem i ogórkiem |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|

### Środa

|                                                                                                                                                                                                                        |                   |                                              |                                                                                                                      |                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| Domowa granola czekoladowa z orzechami na mleku (1,7,8)/<br>Herbata malinowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo graham (1)<br>Pasta warzywna z marchewki i soczewicy (własnej roboty)<br>Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek | Sok jabłko-wisnia | Krupnik z kasza jęczmienną z warzywami (1,9) | Kotlet schabowy w panierce b/j (1)<br>Ziemniaki gotowane<br>Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem<br>Kompot owocowy | Deserek a la tiramisu z ciasteczkami zbożowymi z jagodą (1,7) |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|

### CZWARTEK

|                                                                                                                                                                                |        |                                                          |                                                                                                    |                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| Kasza manna na mleku z jabłuską prażonym (1,7)/ Herbata wieloowocowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo pszenno-żytnie (1)<br>Ser żółty Gouda (7)<br>Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka | Jabłko | Kremowa zupa pieczarkowa z makaronem i warzywami (1,7,9) | Gulasz drobiowy z kurczaka z warzywami (9)<br>Kopytka (1)<br>Surówka z buraczków<br>Kompot owocowy | Kisiel owocowy (własnej roboty) + chrupki kukurydziane |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|

### PIĄTEK

|                                                                                                                                                          |       |                                                         |                                                                                                                       |                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| Herbata malinowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo pełnoziarniste (1,11)<br>Twarożek z rzodkiewką(7)<br>Hummus z ciecierzycy<br>Warzywa: sałata, pomidor, papryka | Melon | Zupa krem pomidorowy z bazylią i serem mozzarella (7,9) | Kotlety rybne z miruny w sosie koperkowo-śmietanowym (1,4,7)<br>Ryż paraboliczny<br>Brokuł gotowany<br>Kompot owocowy | Buteczka cynamonowa z jabłkiem b/j (1,7) |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/11: 1-Zboża zawierające gluten, 2-Skorupiaki i produkty pochodne, 3-Jaja i produkty pochodne, 4-Ryby i produkty pochodne, 5-Orzechy ziemne i produkty pochodne, 6-Soja i produkty pochodne, 7-Mleko i produkty pochodne, 8-Orzechy i produkty pochodne, 9-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 11-Sezam i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki, 13-tubiny i produkty pochodne, 14-Mięczaki i produkty pochodne. Dodatkowo informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków. Catering zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie z przyczyn od nas niezależnych.

# JADŁOSPIS DIETA BEZ ORZECHA 28.09 – 02.10.2026

## ŚNIADANIE

## ZUPA

## OBIAD

### PONIEDZIAŁEK

|                                                                                                                                                                     |                          |                                          |                                                                                                |                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| Herbata truskawkowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo pszenno-żytnie(1)<br>Serek ziołowy (własnej roboty) (7)<br>Szynka chlebową (6)<br>Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor | Malinowa maślanka<br>(7) | Zupa krem czosnkowy z grzankami<br>(1,9) | Dyniowe kaszotto warzywne z soczewicą czerwoną<br>Kalafior z bułką tartą (1)<br>Kompot owocowy | Banan + sok owocowy w kartoniku |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|

### WTOREK

|                                                                                                                                                                      |         |                                                    |                                                                             |                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wieloowocowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo graham (1)<br>Parówki z kurczaka z keczupem<br>Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona | Gruszka | Zupa ogórkowa z ziemniaczkami i koperkiem (7,9,10) | Makaron z twarogiem i polewą jogurtowo-brzoskwinową (1,7)<br>Kompot owocowy | Wafle ryżowe z humusem i ogórkiem |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|

### ŚRODA

|                                                                                                                                                                                           |                   |                                              |                                                                                                                    |                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| Płatki kukurydziane na mleku (7)/ Herbata malinowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo graham (1)<br>Paszet z miruny z warzywami (własnej roboty) (1,3,4)<br>Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek | Sok jabłko-wisnia | Krupnik z kasza jęczmienną z warzywami (1,9) | Kotlet schabowy w panierce (1,3)<br>Ziemniaki gotowane<br>Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem<br>Kompot owocowy | Deserek a la tiramisu (1,3,7) |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|

### CZWARTEK

|                                                                                                                                                                                |        |                                                          |                                                                                                    |                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| Kasza manna na mleku z jabłuskim prażonym (1,7)/Herbata wieloowocowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo pszenno-żytnie (1)<br>Ser żółty Gouda (7)<br>Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka | Jabłko | Kremowa zupa pieczarkowa z makaronem i warzywami (1,7,9) | Gulasz drobiowy z kurczaka z warzywami (9)<br>Kopytka (1)<br>Surówka z buraczków<br>Kompot owocowy | Kisiel owocowy (własnej roboty) + chrupki kukurydziane |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|

### PIĄTEK

|                                                                                                                                                       |       |                                                         |                                                                                                                       |                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| Herbata malinowa<br>Masło (7)<br>Pieczywo pełnoziarniste (1,11)<br>Twaróg z rzodkiewką(7)<br>Jajko na twardo (3)<br>Warzywa: sałata, pomidor, papryka | Melon | Zupa krem pomidorowy z bazylią i serem mozzarella (7,9) | Kotlety rybne z miruny w sosie koperkowo-śmietanowym (1,4,7)<br>Ryż paraboliczny<br>Brokuł gotowany<br>Kompot owocowy | Buteczka cytrynowa z jabłkiem (1,3,7) |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/11: 1-Zboża zawierające gluten, 2-Skorupiaki i produkty pochodne, 3-Jaja i produkty pochodne, 4-Ryby i produkty pochodne, 5-Orzechy ziemne i produkty pochodne, 6-Soja i produkty pochodne, 7-Mleko i produkty pochodne, 8-Orzechy i produkty pochodne, 9-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 11-Sezam i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki, 13-Lubin i produkty pochodne, 14-Mięczaki i produkty pochodne. Dodatkowo informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków. Catering zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie z przyczyn od nas niezależnych.

# JADŁOSPIS DIETA BEZMLECZNA 28.09 – 02.10.2026

## ŚNIADANIE

## ZUPA

## OBIAD

### PONIEDZIAŁEK

|                                                                                                                                                          |                                        |                                       |                                                                                                |                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| Herbata truskawkowa<br>Margaryna<br>Pieczywo pszenno-żytnie (1)<br>Kremowy serek roślinny<br>Szynka chlebową (6)<br>Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor | Malinowy koktajl na jogurcie roślinnym | Zupa krem czosnkowy z grzankami (1,9) | Dyniowe kaszotto warzywne z soczewicą czerwoną<br>Kalafior z bułką tartą (1)<br>Kompot owocowy | Banan + morele suszone |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|

### WTOREK

|                                                                                                                                                                                |         |                                                      |                                                                         |                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| Kawa zbożowa na napoju roślinnym (1)/Herbata wieloowocowa<br>Margaryna<br>Pieczywo graham (1)<br>Parówki z kurczaka z keczupem<br>Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona | Gruszka | Zupa ogórkowa b/m z ziemniaczkami i koperkiem (9,10) | Makaron z serkiem roślinnym i polewą brzoskwińową (1)<br>Kompot owocowy | Wafle ryżowe z humusem i ogórkiem |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|

### ŚRODA

|                                                                                                                                                                                                                              |                   |                                              |                                                                                                                    |                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| Domowa granola czekoladowa z orzechami na napoju roślinnym (1,8)/ Herbata malinowa<br>Margaryna<br>Pieczywo graham (1)<br>Pasztecik z miruny z warzywami (własnej roboty) (1,3,4)<br>Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek | Sok jabłko-wiśnia | Krupnik z kasza jęczmienną z warzywami (1,9) | Kotlet schabowy w panierce (1,3)<br>Ziemniaki gotowane<br>Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem<br>Kompot owocowy | Deserek a la tiramisu na jogurcie roślinnym (1,3) |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|

### CZWARTEK

|                                                                                                                                                                                                |        |                                                            |                                                                                                    |                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| Kasza manna na napoju roślinnym z jabłuszkiem prażonym (1)/<br>Herbata wieloowocowa<br>Margaryna<br>Pieczywo pszenno-żytnie (1)<br>Ser roślinny plastry<br>Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka | Jabłko | Kremowa zupa pieczarkowa b/m z makaronem i warzywami (1,9) | Gulasz drobiowy z kurczaka z warzywami (9)<br>Kopytka (1)<br>Surówka z buraczków<br>Kompot owocowy | Kisiel owocowy (własnej roboty) + chrupki kukurydziane |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|

### PIĄTEK

|                                                                                                                                               |       |                                    |                                                                                                                         |                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| Herbata malinowa<br>Margaryna<br>Pieczywo pełnoziarniste (1,11)<br>Serek roślinny<br>Jajko na twardo (3)<br>Warzywa: sałata, pomidor, papryka | Melon | Zupa krem pomidorowy z bazylią (9) | Kotlety rybne z miruny w sosie koperkowo-śmietanowym b/m (1,4)<br>Ryż paraboliczny<br>Brokuł gotowany<br>Kompot owocowy | Butelczka cynamonowa z jabłkiem b/m (1,3) |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/11: 1-Zboża zawierające gluten, 2-Skorupiaki i produkty pochodne, 3-Jaja i produkty pochodne, 4-Ryby i produkty pochodne, 5-Orzechy ziemne i produkty pochodne, 6-Soja i produkty pochodne, 7-Mleko i produkty pochodne, 8-Orzechy i produkty pochodne, 9-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 11-Sezam i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki, 13-tłubin i produkty pochodne, 14-Mięczaki i produkty pochodne. Dodatkowo informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków. Catering zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie z przyczyn od nas niezależnych.