

Jadłospis - dieta Podstawowa

Piątek 02.01.2026

Śniadanie	Graham z masłem, pastą z twarogu i pieczonej papryki, kawa zbożowa z mlekiem, sok owocowy 100% (alergeny: mleko, gluten).
Obiad	Zupa brokułowa z zacierką (zabielana, na maśle). Kasza bulgur z jarzynami i sosem śmietankowo - pomidorowym, kompot owocowy, słupki kalarepy (alergeny: mleko, gluten, seler)
Podwieczorek	Mus owocowy (wyrób własny), chrupki kukurydziane.

Poniedziałek 05.01.2026

Śniadanie	Chleb słonecznikowy z masłem, szynką wp., ogórkiem zielonym, herbata z cytryną, części mandarynki (alergeny: mleko, gluten).
Obiad	Krupnik z kaszy jęczmiennej, z wadką mięsną i ziemniakami. Ryż zapiekany z jabłkiem i masłem, kompot owocowy, słupki papryki (alergeny: mleko, gluten, seler).
Podwieczorek	Jogurt truskawkowy (wyrób własny) - alergeny: mleko.

Środa 07.01.2026

Śniadanie	Chleb lniany z masłem, serem żółtym, pomidorem, bawarka, części jabłka (alergeny: mleko, gluten).
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem (zabielana, na wywarze mięsnym). Kotleczki mielone, ziemniaki, surówka z marchewki tartej z jabłkiem i sosem śmietanowym, kompot gruszkowy (alergeny: mleko, gluten, seler, jaja).
Podwieczorek	Banan.

Czwartek 08.01.2026

Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi. Wek z masłem, dżemem truskawkowym, sok marchewkowo - owocowy 100% (alergeny: mleko, gluten).
Obiad	Rosół z mięs mieszanych z makaronem. Filet rybny przygotowany na parze, ziemniaki, bukiet warzyw polany masłem, kompot owocowy (alergeny: mleko, gluten, seler, jaja, ryba).
Podwieczorek	Galaretka malinowa, części kiwi.

Piątek 09.01.2026

Śniadanie	Buleczka wodna z masłem, pastą z tuńczyka, jaj, szczypiorku, ogórek kiszony, herbata miętowa z limonką (alergeny: mleko, gluten, ryba, jaja).
Obiad	Zupa koperkowa z zacierką (zabielana, na maśle). Spaghetti z sosem włoskim i bazylią, posypane tartym żółtym serem, kompot truskawkowy, słupki marchewki do chrupania (alergeny: mleko, gluten, seler, jaja).
Podwieczorek	Mleko w kartoniku 3,2%, wafelek ryżowy (alergeny: mleko).

Zastrzega się zmiany w jadłospisie.