

JADŁOSPIS

od dnia 09.03.2026 – do dnia 13.03.2026

Sienkiewicza 1

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 09.03.2026	Płatki owsiane na mleku, chleb firmowy z masłem, ogonówką wędzoną, ogórek zielony, kiełki rzodkiewki, sałata lodowa, herbatka malinowa, plaster ananasa Alergeny 1,3,7,	Zupa ryżanka ze świeżą zieloną pietruszką, pierogi leniwe z białym serem, surówka z marchewki i jabłka Alergeny 1,7,9,	Bułeczka z masłem, jajkiem gotowanym, pomidorem malinowym, sałata maslową i zieloną cebulką, kawa inka na mleku, herbata z cytryną, owoc banan Alergeny 1,3,7
Wtorek 10.03.2026	Płatki kukurydziane na mleku, bułka z masłem, hummusem z ciecioriki, mix kolorowych sałat, pomidorki koktajlowe, herbatka owoce leśne, pomarańcze w ćwiarteczkach Alergeny 1,3,7,	Zupa ogórkowa z ziemniakami, kasza kuskus z maselkiem, pałeczki drobiowe w ziołach z pieca, sałatka z buraczków, kompot jabłkowy Alergeny 1,7,9,	Deser jogurtowo- twarogowy z borówkami, marakuja i bananem, (wyrób własny) ciasteczka kruche Alergeny 1,3,7
Środa 11.03.2026	Płatki jaglane, chleb wieloziarnisty z masłem, pastą z kielbasy, kiszony ogórek, papryka, kiełki lucerny, rozszponka, herbata z cytryną, plaster melona Alergeny 1,3,7,	Zacierka na rosole z indyka z zieloną pietruszką, pure ziemniaczane z koperkiem, paluszek rybny, surówka z kapusty pekińskiej z miodowym sosem winegret, kompot truskawkowy, Alergeny 1,4,7,9,	Bułeczka maślana z masłem i konfiturami wiśniowymi, mleko, owoc gruszka Alergeny 1,3,7
Czwartek 12.03.2026	Makaron literki na mleku, chleb graham z masłem, serem żółtym, papryka, kiełki lucerny, rukola, pomidor malinowy, herbata z cytryną, banan Alergeny 1,3,7,	Zupa krem z białych warzyw z grzankami, gołąbki bez zawijania z mięskiem i kapustą w sosie pomidorowym, lemoniada cytrynowa, Alergeny 1,7,9,	Wafle ryżowe z serkiem waniliowym, bananem, świeżymi truskawkami, i mandarynką, herbata owocowa, Alergeny 1,3,7,
Piątek 13.03.2026	Bułka z masłem, jajecznica na maselku, ogórek zielony, szpinak baby, rzodkiewka, kiełki jarmużu, kawa inka na mleku, herbata owocowa, mandarynka Alergeny 1,3,7,	Zupa kalafiorowa ze świeżą natką pietruszki, makaron świderki ze szpinakiem, suszonymi pomidorami i żółtym serem, kompot wiśniowy Alergeny 1,7,9,	Ciasto biszkoptowe z płatkami migdałowymi, (wypiek własny), kakao, plastry arbuza Alergeny 1,3,7

Intendent zastrzega sobie prawo do modyfikacji w jadłospisie z przyczyn od niego niezależnych.

Woda mineralna niegazowana do picia dostępna przez cały dzień na salach w grupach. Napoje są minimalnie dosładzane miodem pszczelim, potrawy są dosmaczane solą o obniżonej zawartości sodu **zgodnie z wytycznymi** Instytutu Żywności i Żywienia oraz Ministerstwa Zdrowia. **Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:** pieprz, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, zioła prowansalskie, papryka słodka, sól o obniżonej zawartości sodu, rozmaryn, kurkuma. **Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe np.: kakao, herbata, koncentrat pomidorowy, dżemy, ketchup, produkty z mięsa (np. wędliny),** mogą zawierać śladowe ilości alergenów glutenu, laktozy, soi, orzechów, selera i gorczycy.

Sporządziła intendentka: Beata Siemońska

