

JADŁOSPIS

od dnia 16.03.2026 – do dnia 20.03.2026

Sienkiewicza 1

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 16.03.2026	Chleb firmowy z masłem, kielbaską krakowską, pomidorem malinowym, kielki brokuła, mix sałat kolorowych kawa inka na mleku owoc kiwi Alergeny 1,3,7,	Zupa krupnik z kaszą kuskus na rosole z indyka, placki ziemniaczano-cukiniowe ze śmietanką, marchewka z pomarańczą, kompot wiśniowy Alergeny 1,7,9,	Chałka z masłem i dżemem truskawkowym, kawa inka na mleku, herbata z cytryną, plaster melona Alergeny 1,3,7
Wtorek 17.03.2026	Kleik ryżowy na mleku, bułka z masłem, pastą z makreli, ogórek słodko-kwaśny szpinak baby, kielki lucerny herbata owoce leśne, kalarepa w słupkach Alergeny 1,3,4,7,	Rosół z perliczki ze świeżą natką pietruszki i makaronem nitki, ziemniaki z koperkiem, kotlecik mielony wieprzowy mizeria z ogórków, kompot jabłkowy Alergeny 1,7,9,	Budyń śmietankowy, ciasteczka czekoladowe, owoc banan Alergeny 1,3,7
Środa 18.03.2026	Chleb wieloziarnisty z masłem, ser żółty Gouda, pomidorki cherry papryka żółta, roszponka, herbata z cytryną, plaster arbuza Alergeny 1,3,7,	Zupa szczawiowa z jajeczkiem, łazanki z mięskiem i kapustą mieszaną, kompot truskawkowy, Alergeny 1,7,9,	Chleb firmowy z kielbaską żywiecką rzodkiewką, pomidorem malinowym i zieloną cebulką, herbata z cytryną, owoc gruszka Alergeny 1,3,7
Czwartek 19.03.2026	Płatki owsiane na mleku, chleb graham z masłem, pastą mięsną (wyrób własny) papryka czerwona, kielki rzodkiewki ,rukola, herbata z cytryną, banan Alergeny 1,3,7,	Zupa krem z soczewicy z grzankami ziołowymi, ryż na sypko, filet indyka w sosie śmietakowo-koperkowym, sałata lodowa z papryką, kukurydzą, serem feta i oliwkami, kompot gruszkowy , Alergeny 1,7,9,	Ciasto z jabłkami i cynamonem pod kruszonką (wypiek własny) kakao , herbata owocowa, Alergeny 1,3,7,
Piątek 20.03.2026	Bułka z masłem, twarożek ze słonecznikiem ogórek zielony, kolorowe listki sałaty, rzodkiewka, kawa inka na mleku herbata owocowa, mandarynka Alergeny 1,3,7,	Zupa lekki kapuśniaczek z pomidorami, pure z ziemniaków, ryba Miruna w panierce z pieca, sałatka buraczki z jabłkiem, kompot wieloowocowy, Alergeny 1,4,7,9,	Koktajl warzywno-owocowy szpinak banan i truskawka na bazie joguru naturalnego, (wyrób własny) bułka kielecka z masłem, 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

