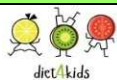


Jadłospis PRZEDSZKOLE			12-16.10.2026			
	^Wartości odżywcze jadłospisu	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD		PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	E [kcal]: 916.02 B [g]: 28.64 T [g]: 31.4 W [g]: 137.98	Zacierki na mleku z gruszką (180ml) 1,3,7, Pieczywo mieszane z masłem (25g/4g) 1,7, serek śmietankowy ze szczypiorkiem (15g) 7, ogórek, rzodkiewka (40g), Herbata truskawkowa z poziomką bez cukru (200ml)	jabłko (70g)	Krem szpinakowo-ziemniaczany na wywarze warzywnym z grzankami (200ml) 1,7,9	WEGE gulasz z bakłażanem, soczewicą, marchewką, kukurydzą, papryką i pomidorami z mleczkiem kokosowym (150g), ryż biały i brązowy z oliwą (120g), woda niegazowana z cytryną (180ml)	Shake czekoladowo-bananowy (180ml) 7, wafle kukurydziane (5g)
		B/mlecz.: napój roślinny bez cukru*, pieczywo mieszane z margaryną roślinną* 1,, pasta ze słonecznika, reszta jw.,		B/mlecz.: zupa ze śmietanką z soczewicy 1,9,	B/mlecz.: jw.,	B/mlecz.: shake z napojem kokosowym, reszta jw.,
		B/glut.: makaron kukurydziany na mleku 7, pieczywo bezglutenowe z masłem 7,, reszta jw.,		B/glut.: grzanki bezglutenowe	B/glut.: jw.,	B/glut.: jw.
		B/jajeczna: makaron bezjajeczny na mleku 7, reszta jw.,		B/jajeczna: jw.	B/jajeczna: jw.,	B/jajeczna: jw.
		B/mies.+ B/ryb.: jw.		B/mies.+ B/ryb.: jw.,	B/mies.+ B/ryb.: jw.	B/mies.+ B/ryb.: jw.
WTOREK	E [kcal]: 894.35 B [g]: 44.81 T [g]: 31.87 W [g]: 114.01	Bawarka na mleku (250ml) 7, Pieczywo mieszane z masłem (40g/6g) 1,7, szynka wieprzowa gotowana- wyrób własny (20g), papryka żółta, sałata lodowa (40g)	gruszka (70g)	Zupa pomidorowa z makaronem i śmietaną na wywarze warzywnym (200ml) 1,3,7,9	Pierogi z dodatkiem mąki pełnoziarnistej z serem - wyrób własny z masłem (120g) 1,7, sos jogurtowo-jagodowy (50g) 7, jabłko do rączki (70g), woda niegazowana (180ml)	Serek homogenizowany z orkiszem ekspandowanym (120g) 1,7 i musem brzoskwiniowo-malinowym (50g), Herbata z dzikiej róży bez cukru do picia (180ml)
		B/mlecz.: napój roślinny bez cukru*, pieczywo mieszane z margaryną roślinną* 1,, reszta jw.,		B/mlecz.: zupa ze śmietanką z soczewicy 1,3,9,	B/mlecz.: pierogi z tofu i śmietanki z soczewicy 1,6, olej rzepakowy do polania, sos z jogurtem kokosowym, reszta jw.,	B/mlecz.: jogurt sojowym 6, reszta jw.,
		B/glut.: pieczywo bezglutenowe z masłem 7,, reszta jw.,		B/glut.: zupa z makaronem ryżowym 7,9,	B/glut.: pierogi bezglutenowe z mąki ryżowej, jaglanej i ziemniaczanej 7, reszta jw.,	B/glut.: jw.,
		B/jajeczna: jw.		B/jajeczna: zupa z makaronem pszennym bezjajecznym 1,7,9,	B/jajeczna: jw.,	B/jajeczna: jw.
		B/mies.+ B/ryb.: szynka sojowa 6, reszta jw.,		B/mies.+ B/ryb.: jw.,	B/mies.+ B/ryb.: jw.,	B/mies.+ B/ryb.: jw.
ŚRODA	E [kcal]: 925.35 B [g]: 36.09 T [g]: 32.96 W [g]: 126.25	Płatki jaglane na mleku z mielonymi pestkami dyni i musem jabłkowym (200ml) 7, Pieczywo mieszane z masłem (25g/4g) 1,7, jajko na twardo (30g) 3,, pomidor (40g), Herbata owoce leśne bez cukru (200ml)	banan (60g)	Zupa porowa z ziemniakami i mięskiem wieprzowym na wywarze warzywnym (200ml) 9	Nuggetsy z indyka z płatkami owsianymi w pieca (70g) 1,3, puree ziemniaczane (130g) 7, brokuł na parze z oliwą (70g), woda niegazowana z limonką (180ml)	Bułka kajzerka z masłem (30g/5g) 1,7, pasta z warzyw korzeniowych (20g) 9, ogórek kiszony (40g) 10, Herbata malinowa bez cukru do picia (180ml)
		B/mlecz.: napój roślinny bez cukru*, pieczywo mieszane z margaryną roślinną* 1,, reszta jw.,		B/mlecz.: jw.	B/mlecz.: puree z olejem i napojem owsianym 1, reszta jw.,	B/mlecz.: bułka kajzerka z margaryną roślinną* 1, reszta jw.,
		B/glut.: pieczywo bezglutenowe z masłem 7,, reszta jw.,		B/glut.: jw.,	B/glut.: nuggetsy z płatkami owsianymi bezglutenowymi, bułką tartą bezglutenową i mąką kukurydzianą 3, reszta jw.,	B/glut.: bułka bezglutenowa z masłem 7, reszta jw.,
		B/jajeczna: tofu wędzone 6, reszta jw.,		B/jajeczna: jw.,	B/jajeczna: nuggetsy z zagęstnikiem z mąki i wody 1, reszta jw.,	B/jajeczna: jw.,
		B/mies.+ B/ryb.: jw.		B/mies.+ B/ryb.: zupa z ciecierzycą, zamiast mięska 9, reszta jw.	B/mies.+ B/ryb.: pulpety z soczewicy i cukinii 1,3 reszta jw.,	B/mies.+ B/ryb.: jw.
CZWARTEK	E [kcal]: 865.33 B [g]: 33.87 T [g]: 31.35 W [g]: 118.92	Kawa INKA na mleku (220ml) 1,7, Pieczywo mieszane z masłem (40g/6g) 1,7, serek wiejski z ziołami (20g) 7, papryka, marchewka (40g)	śliwka (70g)	Kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami na wywarze warzywnym (200ml) 9	Kurczak w sosie z fasolką szparagową (120g) 7, ryż biały i brązowy (120g), ogórek, rzodkiewka (70g), woda niegazowana z cytryną (180ml)	Kaszka manna razowa na mleku (100g) 1,7, mus truskawkowy (50g), Herbata wiśniowa bez cukru do picia (180ml)
		B/mlecz.: napój roślinny bez cukru*, pieczywo mieszane z margaryną roślinną* 1,, serek z jogurtu owsianego 1, reszta jw.		B/mlecz.: jw.,	B/mlecz.: kurczak w sosie ze śmietanką sojową 6, reszta jw.,	B/mlecz.: kaszka manna na napoju kokosowym 1, reszta jw.
		B/glut.: kawa inka bezglutenowa na mleku 7, pieczywo bezglutenowe z masłem 7,, reszta jw.,		B/glut.: jw.,	B/glut.: jw.	B/glut.: kaszka kukurydziana na mleku 7, reszta jw.
		B/jajeczna: jw.		B/jajeczna: jw.,	B/jajeczna: jw.	B/jajeczna: jw.,
		B/mies.+ B/ryb.: jw.		B/mies.+ B/ryb.: jw.,	B/mies.+ B/ryb.: kotleciki z fasoli w sosie z fasolką szparagową 1,3,7, reszta jw.,	B/mies.+ B/ryb.: jw.
PIĄTEK	E [kcal]: 900.23 B [g]: 34.09 T [g]: 33.84 W [g]: 124.24	Ryż na mleku z musem malinowo-porceczkowym (podawanym osobno) (200 ml) 7, Pieczywo mieszane z masłem (25g/4g) 1,7, ser ementaler (15g) 7, pomidor, szczypiorek (40g) , Herbata z dzikiej róży (200ml)	gruszka (70g)	Zupa koperkowa z kaszą bulgur na wywarze warzywnym (200ml) 1,9	Filet z miruny w tradycyjnej panierce (80g) 1,3,4, ziemniaki gotowane (130g), surówka z kiszzonej kapusty z natką pietruszki (70g) , woda niegazowana (180ml)	Owsiane ciasto bananowe (60g) 1, jabłko (40g), Herbata truskawkowa bez cukru (180 ml)
		B/mlecz.: napój roślinny bez cukru*, pieczywo mieszane z margaryną roślinną* 1,, ser wegański wzbogacony w wapń, reszta jw.		B/mlecz.: jw.	B/mlecz.: jw.,	B/mlecz.: jw.,
		B/glut.: pieczywo bezglutenowe z masłem 7,, reszta jw.,		B/glut.: zupa z kaszą jaglaną 9	B/glut.: filet w panierce z bułką tartą bezglutenową i mąką gryczaną 3,4, reszta jw.,	B/glut.: ciasto z płatków owsianych bezglutenowych i bezglutenowego proszku do pieczenia, reszta jw.
		B/jajeczna: jw.		B/jajeczna: jw.,	B/jajeczna: filet w panierce z zagęstnikiem z mąki i wody 1,4, reszta jw.	B/jajeczna: jw.
		B/mies.+ B/ryb.: reszta jw.,		B/mies.+ B/ryb.: jw.,	B/mies.+ B/ryb.: tofu w tradycyjnej panierce 1,3,6, reszta jw.	B/mies.+ B/ryb.: jw.

^Wartości odżywcze odnoszą się do jadłospisu podstawowego; Liczbą oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 (lista alergenów zamieszczona obok); Zastrzegą się możliwość wprowadzania zmian do jadłospisu; Przez cały czas dostępna ciepła woda do picia. Wykorzystywane napoje roślinne: napój kokosowy / napój owsiany 1 / napój sojowy 6 / napój jaglany; Wykorzystywane jogurty roślinne: jogurt kokosowy / jogurt sojowy 6; Zamienniki na diety oznaczono: B/mlecz: dieta bezmleczna, Wege.: dieta bez mięsa I ryb, B/glut.: dieta bezglutenowa, B/jaj: dieta bezjajeczna; Jadłospis dla grupy wiekowej 3-6 lat; E-energia, B-białko, T-tłuszcz, W-węglowodany



Jadłospis PRZEDSZKOLE			19-23.10.2026		
	^Wartości odżywcze jadłospisu	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	E [kcal]: 899.7 B [g]: 36.85 T [g]: 32.36 W [g]: 119.7	Domowa granola na mleku z wiórkami gorzkiej czekolady (200ml) 1,6,7,8,11,12, Pieczywo mieszane z masłem (25g/4g) 1,7, szynka wieprzowa- wyrób własny (15g), ogórek, rzodkiewka (40g), Herbata malinowa bez cukru (200ml)	jabłko (70g)	Kasza manna orkiszowa pełnoziarnista na rosole z mięskiem drobiowym (200ml) 1,9	Budyń waniliowy bez cukru - wyrób własny z musem śliwkowym (150g/50g) 3,7, Herbata wiśniowa bez cukru do picia (180ml)
		B/mlecz.: napój roślinny bez cukru*, pieczywo mieszane z margaryną roślinną* 1,, reszta jw.,		B/mlecz.: sos ze śmietanką kokosową, reszta jw.	B/mlecz.: budyń na napoju sojowym 3,6, reszta jw.
		B/glut.: granola bezglutenowa na mleku 6,7,8,11,12, pieczywo bezglutenowe z masłem 7,, reszta jw.,		B/glut.: zupa z kaszką jaglaną 9,	B/glut.: jw.
		B/jajeczna: jw.		B/jajeczna: kopytka bez jajka 1, reszta jw.,	B/jajeczna: bezjajeczny budyń czekoladowy 7, reszta jw.
		B/mies.+ B/ryb.: szynka sojowa 6, reszta jw.,		B/mies.+ B/ryb.: grysik na wywarze warzywnym z soczewicą zamiast mięska 1,9, reszta jw.	B/mies.+ B/ryb.: jw.
				B/jajeczna: kopytka bez jajka 1, reszta jw.,	B/jajeczna: bezjajeczny budyń czekoladowy 7, reszta jw.
WTOREK	E [kcal]: 919.51 B [g]: 36.24 T [g]: 32.26 W [g]: 126.81	Kawa inka na mleku na ciepło (220ml) 1,7, Pieczywo mieszane z masłem (35g/5g) 1,7, serek bieluch (25g) 7, pomidor (40g)	gruszka (70g)	Zupa paprykowa z ziemniakami na wywarze warzywnym zabeliana (200ml) 7,9	Twarożek domowy z miodem i bananem (60g/40g) 7, chałka (20g) 1,3,7, Herbata truskawkowa z poziomką bez cukru do picia (180ml)
		B/mlecz.: napój roślinny bez cukru*, pieczywo mieszane z margaryną roślinną* 1,, jogurt sojowy 6, reszta jw.		B/mlecz.: zupa ze śmietanką z soczewicy 9	B/mlecz.: twarożek z tofu i jogurtu owsianego 1,6, rogal pszenny 1, margaryna roślinna *, reszta jw.,
		B/glut.: kawa inka bezglutenowa na mleku 7, pieczywo bezglutenowe z masłem 7,, reszta jw.,		B/glut.: jw.,	B/glut.: pieczywo bezglutenowe z masłem 7, reszta jw.,
		B/jajeczna: jw.		B/jajeczna: jw.	B/jajeczna: rogal pszenny 1 z masłem 7, reszta jw.,
		B/mies.+ B/ryb.: jw.		B/mies.+ B/ryb.: jw.,	B/mies.+ B/ryb.: jw.
				B/mies.+ B/ryb.: tofu w sosie jarzynowym 1,6,7,9, reszta jw.,	
ŚRODA	E [kcal]: 910.22 B [g]: 34.64 T [g]: 28.65 W [g]: 135.54	Owsianka na mleku z musem gruszkowo-waniliowym (200ml) 1,7, Pieczywo mieszane z masłem (25g/4g) 1,7, pasztet drobiowy- wyr. wł. (15g) 1,3,9, ogórek, sałata lodowa (40g), Herbata truskawkowa z poziomką bez cukru (200ml)	banan (60g)	WEGE zupa grochowa z ziemniakami na wywarze warzywnym (200ml) 9,	Grahamka z masłem (30/5g) 1,7, serek śmietankowy a'la almette z koperkiem (20g) 7, pomidor (40g), Herbata porzeczkowa z cytryną bez cukru do picia (180ml)
		B/mlecz.: napój roślinny bez cukru*, pieczywo mieszane z margaryną roślinną* 1,, reszta jw.		B/mlecz.: jw.	B/mlecz.: bułka grahamka z margaryną roślinną* 1, serek z tofu z koperkiem 6, reszta jw.,
		B/glut.: płatki owsiane bezglutenowe na mleku 7, pieczywo bezglutenowe z masłem 7,, pasztet wegański z ciecierzycy (bez jajka), reszta jw.,		B/glut.: jw.	B/glut.: bułka bezglutenowa z masłem 7, reszta jw.,
		B/jajeczna: pasztet wegański z ciecierzycy (bez jajka), reszta jw.,		B/jajeczna: jw.	B/jajeczna: jw.
		B/mies.+ B/ryb.: pasztet wegański z ciecierzycy (bez jajka), reszta jw.,		B/mies.+ B/ryb.: jw.,	B/mies.+ B/ryb.: jw.
				B/mies.+ B/ryb.: jw.,	
CZWARTEK	E [kcal]: 893.07 B [g]: 38.62 T [g]: 38.03 W [g]: 105.34	Mleko na ciepło (220ml) 7, Pieczywo mieszane z masłem (40g/6g) 1,7, pasta jajeczna z papryką i śmietanką (25g) 3,7, ogórek kiszony (40g) 10	jabłko (70g)	Zupa krem z kalafiora i marchewki zabeliana na wywarze warzywnym z grzankami (200ml) 1,7,9	Weka z masłem (25g/4g) 1,7, ser żółty (15g) 7 rzodkiewka, pomidor (40g), Herbata z owoców leśnych bez cukru do picia (180ml)
		B/mlecz.: napój roślinny bez cukru*, pieczywo mieszane z margaryną roślinną* 1,, pasta jajeczna z jogurtem kokosowym i papryką 3, reszta jw.		B/mlecz.: zupa ze śmietanką z soczewicy 1,9	B/mlecz.: weka z margaryną roślinną 1, z serem wegańskim wzbogaconym w wapń, reszta jw.
		B/glut.: pieczywo bezglutenowe z masłem 7,, reszta jw.		B/glut.: grzanki bezglutenowe	B/glut.: bułka bezglutenowa z masłem 7, reszta jw.
		B/jajeczna: pasta z groszku, reszta jw.,		B/jajeczna: jw.,	B/jajeczna: jw.
		B/mies.+ B/ryb.: jw.		B/mies.+ B/ryb.: jw.,	B/mies.+ B/ryb.: jw.
				B/mies.+ B/ryb.: jw.,	
PIĄTEK	E [kcal]: 915.85 B [g]: 41.94 T [g]: 31.68 W [g]: 121.91	Płatki kukurydziane na mleku z bananem (200ml) 7, Pieczywo mieszane z masłem (25g/4g) 1,7, szynka wieprzowa pieczona w ziołach - wyr. wł. (15g), papryka, rzodkiewka (40g), Herbata wiśniowa bez cukru (200ml)	śliwka (70g)	Krupnik jęczmienny na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) 1,9	Galaretka truskawkowa mleczna bez cukru z kawałkami owoców (150g) 7, rogal pszenny z masłem (15g/3g) 1,7, Herbata malinowa bez cukru do picia (180ml)
		B/mlecz.: napój roślinny bez cukru*, pieczywo mieszane z margaryną roślinną* 1,, reszta jw.,		B/mlecz.: jw.	B/mlecz.: rogal z margaryną roślinną*, galaretka z napojem sojowym 6, reszta jw.
		B/glut.: pieczywo bezglutenowe z masłem 7,, reszta jw.,		B/glut.: krupnik z kaszy jaglanej 9	B/glut.: bułka bezglutenowa, reszta jw.,
		B/jajeczna: jw.		B/jajeczna: jw.	B/jajeczna: jw.
		B/mies.+ B/ryb.: pasta z fasoli, reszta jw.,		B/mies.+ B/ryb.: krupnik na wywarze warzywnym 1,9	B/mies.+ B/ryb.: galaretka z agar-agar 7, reszta jw.
				B/mies.+ B/ryb.: kotleciki sojowe z pieca w panierce 1,3,6, reszta jw.	
^Wartości odżywcze odnoszą się do jadłospisu podstawowego; Liczbą oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 (lista alergenów zamieszczona obok); Zastrzegę się możliwość wprowadzania zmian do jadłospisu; Przez cały czas dostępna ciepła woda do picia. Wykorzystywane napoje roślinne: napój kokosowy / napój owsiany 1 / napój sojowy 6 / napój jaglany; Wykorzystywane jogurty roślinne: jogurt kokosowy / jogurt sojowy 6; Zamienniki na diety oznaczono: B/mlecz: dieta bezmleczna, Wege.: dieta bez mięsa i ryb, B/glut.: dieta bezglutenowa, B/jaj: dieta bezjajeczna; Jadłospis dla grupy wiekowej 3-6 lat; E-energia, B-białko, T-tłuszcz, W-węglowodany					

^Wartości odżywcze odnoszą się do jadłospisu podstawowego; Liczbą oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 (lista alergenów zamieszczona obok); Zastrzegę się możliwość wprowadzania zmian do jadłospisu; Przez cały czas dostępna ciepła woda do picia. Wykorzystywane napoje roślinne: napój kokosowy / napój owsiany 1 / napój sojowy 6 / napój jaglany; Wykorzystywane jogurty roślinne: jogurt kokosowy / jogurt sojowy 6; Zamienniki na diety oznaczono: B/mlecz.: dieta bezmleczna, Wege.: dieta bez mięsa i ryb, B/glut.: dieta bezglutenowa, B/jaj.: dieta bezjajeczna; Jadłospis dla grupy wiekowej 3-6 lat; E-energia, B-białko, T-tłuszcz, W-węglowodany



Jadłospis PRZEDSZKOLE			26-30.10.2026			
	^Wartości odżywcze jadłospisu	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD		PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	E [kcal]: 894.19 B [g]: 36.05 T [g]: 31.86 W [g]: 122.92	Ryż mleku z gruszką (200ml) 7, Pieczywo mieszane z masłem (25g/4g) 1,7, ser gouda (15g) 7, pomidor (40g), Herbata porzeczkowa z cytryną bez cukru do picia (200ml)	jabłko (70g)	Zupa ogórkowa z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) 9,10	Mięso z piersi indyka w sosie porowym (100g) 1,7,9, kasza bulgur (120g) 1, surówka z białej kapusty ze śmietaną (70g) 7, woda niegazowana z cytryną (180ml)	Smoothie z bananem i mango (150ml), rogal maślany z masłem (25g/4g) 1,3,7
		B/mlecz.: napój roślinny bez cukru*, pieczywo mieszane z margaryną roślinną* 1., ser wegański wzbogacony w wapń, reszta jw.		B/mlecz.: jw.	B/mlecz.: sos ze śmietanką z soczewicy 1,9, surówka z jogurtem kokosowym, reszta jw.	B/mlecz.: rogal pszenny z margaryną roślinną 1, reszta jw.
		B/glut.: pieczywo bezglutenowe z masłem 7., reszta jw.,		B/glut.: jw.,	B/glut.: sos na bazie mąki kukurydzianej 7,9, kasza gryczana, reszta jw.	B/glut.: bułka bezglutenowa z masłem 7, reszta jw.
		B/jajeczna: jw.		B/jajeczna: jw.,	B/jajeczna: rogal pszenny z masłem 7, reszta jw.	
		B/mies.+ B/ryb.: jw.		B/mies.+ B/ryb.: zupa ogórkowa na wywarze warzywnym 9,10	B/mies.+ B/ryb.: ciecierzycza w sosie porowym 1,7,9, reszta jw.	B/mies.+ B/ryb.: jw.,
WTOREK	E [kcal]: 911.27 B [g]: 37.96 T [g]: 36.98 W [g]: 112.5	Kawa Inka na mleku (200ml) 1,7, Pieczywo mieszane z masłem (40g/6g) 1,7, serek śmietankowy ze szczypiorkiem i wiórkami rzodkiewki (20g) 7, papryka, sałata lodowa (40g)	gruszka (70g)	Zupa z soczewicy żółtej z mleczkiem kokosowym na wywarze warzywnym (200ml) 9	Naleśniki z dodatkiem mąki pełnoziarnistej, z twarożkiem domowym ze śmietaną i sosem truskawkowym (120g/50g/20g) 1,3,7, prażona śliwka (50g), woda niegazowana (180ml)	Weka pszenna z masłem (30/5g) 1,7 z kremowym pasztetem drobiowym -wyr.wł. (15g) 1,3,9, i ogórkiem kiszonym (40g) 10, Herbata malinowa bez cukru do picia (180ml)
		B/mlecz.: napój roślinny bez cukru*, pieczywo mieszane z margaryną roślinną* 1., twarożek z płatków ryżowych z jogurtem owsianym, szczypiorkiem i rzodkiewką 1, reszta jw.		B/mlecz.: jw.	B/mlecz.: naleśniki z napojem migdałowym 1,3,8, twarożek z tofu i jogurtem kokosowym 6, reszta jw.	B/mlecz.: weka z margaryną roślinną*, reszta jw.,
		B/glut.: kawa inka bezglutenowa na mleku 7, pieczywo bezglutenowe z masłem 7., reszta jw.,		B/glut.: jw.	B/glut.: naleśniki na bazie mąki gryczanej i ziemniaczanej 3,7, reszta jw.,	B/glut.: pieczywo bezglutenowe z masłem 7, pasztet z fasoli i słonecznika, reszta jw.,
		B/jajeczna: jw.		B/jajeczna: jw.,	B/jajeczna: pasztet z fasoli i słonecznika, reszta jw.,	
		B/mies.+ B/ryb.: jw.		B/mies.+ B/ryb.: jw.	B/mies.+ B/ryb.: jw.,	B/mies.+ B/ryb.: pasztet z fasoli i słonecznika, reszta jw.,
ŚRODA	E [kcal]: 911.34 B [g]: 38.01 T [g]: 32.01 W [g]: 123.99	Kaszka manna na mleku z tartym jabłkiem (200ml) 1,7, Pieczywo mieszane z masłem (25g/4g) 1,7, schab pieczony- wyr. wł. (15g), ogórek, rzodkiewka (40g), Herbata wiśniowa bez cukru (200ml)	banan (60g)	Ryżanka na wywarze warzywnym (200ml) 9	Kotlet z kurczaka w panierce pełnoziarnistej (60g) 1,3, ziemniaki (130g), fasolka szparagowa i kalafior z masłem i bułką tartą (70g) 1,7, woda niegazowana z miętą (180ml)	Ciasto marchewkowe (50g) 1,3,7, Koktajl truskawkowy do picia - wyr. wł. (150ml) 7
		B/mlecz.: napój roślinny bez cukru*, pieczywo mieszane z margaryną roślinną* 1., reszta jw.,		B/mlecz.: jw.	B/mlecz.: fasolka szparagowa z olejem, reszta jw.	B/mlecz.: koktajl z napojem migdałowym 8, ciasto z jogurtem sojowym i napojem kokosowym 1,3,6, reszta jw.,
		B/glut.: kaszka kukurydziana na mleku 7, pieczywo bezglutenowe z masłem 7., reszta jw.,		B/glut.: jw.	B/glut.: panierka z mąką gryczaną i bułką tartą bezglutenową 3, fasolka z bułką tartą bezglutenową 7, reszta jw.,	B/glut.: ciasto marchewkowe z mąką ziemniaczaną i ryżową z bezglutenowym proszkiem do pieczenia 3, reszta jw.,
		B/jajeczna: jw.		B/jajeczna: jw.,	B/jajeczna: ciasto marchewkowe z bananem zamiast jajka 1, reszta jw.,	
		B/mies.+ B/ryb.: pasta jarzynowa z soczewicą 9, reszta jw.,		B/mies.+ B/ryb.: jw.,	B/mies.+ B/ryb.: kotlety sojowe w panierce 1,3,6, reszta jw.,	B/mies.+ B/ryb.: jw.,
CZWARTEK	E [kcal]: 879.37 B [g]: 34.88 T [g]: 34.23 W [g]: 114.79	Kakao naturalne na mleku (200ml) 7, Pieczywo mieszane z masłem (40g/6g) 1,7, pasta jajeczna z jogurtem (20g) 3,7, marchewka, ogórek (40g)	śliwka (70g)	Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze warzywnym (200ml) 7,9	Wege: Makaron penne pszenny i pełnoziarnisty w sosie pomidorowym z ciecierzycą (250g) 1, , surówka z kapusty pekińskiej z rzodkiewką i papryką z olejem (70g), woda niegazowana (180ml)	Deserek z kefiru z mussem wiśniowym (150g/50g) 7, Herbata porzeczkowa z cytryną bez cukru do picia (180ml)
		B/mlecz.: napój roślinny bez cukru*, pieczywo mieszane z margaryną roślinną* 1., pasta jajeczna z jogurtem kokosowym 3, reszta jw.		B/mlecz.: zupa ze śmietanką sojową 6,9	B/mlecz.: jw.	B/mlecz.: deserek z kefirem wegańskim i śmietanką z soczewicy, reszta jw.
		B/glut.: pieczywo bezglutenowe z masłem 7., reszta jw.,		B/glut.: jw.,	B/glut.: makaron z brązowego ryżu, reszta jw.	B/glut.: jw.
		B/jajeczna: serek homogenizowany 7, reszta jw.		B/jajeczna: jw.,	B/jajeczna: jw.	B/jajeczna: jw.
		B/mies.+ B/ryb.: jw.		B/mies.+ B/ryb.: jw.	B/mies.+ B/ryb.: jw.	B/mies.+ B/ryb.: jw.
PIĄTEK	E [kcal]: 889.09 B [g]: 33.3 T [g]: 30.98 W [g]: 124.99	Jaglanka na mleku (180ml) 7, Pieczywo mieszane z masłem (25g/4g) 1,7, domowa nutella bez orzechów na bazie daktyli i kakao (15g) 7,12, melon (40g), Herbata truskawkowa z poziomką bez cukru (200ml)	jabłko (70g)	Zupa pomidorowa z makaronem orzo zabieleną na wywarze warzywnym (200ml) 1,7,9	Filet z mintaja w panierce pełnoziarnistej (70g) 1,3,4, ziemniaki puree (130g) 7, ogórek kiszony pokrojony polany olejem (70g) 10, woda niegazowana z cytryną (180ml)	Jogurt naturalny (100g) 7, z bananem (40g) i domową granolą (15g) 1,8,11,12, Herbata wiśniowa bez cukru do picia (180ml)
		B/mlecz.: napój roślinny bez cukru*, pieczywo mieszane z margaryną roślinną* 1., pasta z napojem sojowy, 6,12, reszta jw.		B/mlecz.: zupa ze śmietanką z soczewicy 1,9	B/mlecz.: puree z olejem rzepakowym i napojem owsianym 1, reszta jw.,	B/mlecz.: jogurt sojowy 6, reszta jw.,
		B/glut.: pieczywo bezglutenowe z masłem 7., reszta jw.,		B/glut.: zupa z makaronem kukurydzianym 7,9	B/glut.: panierka z mąką ziemniaczaną i bułką tartą bezglutenową 3, reszta jw.,	B/glut.: granola bezglutenowa 8,11,12, reszta jw.,
		B/jajeczna: jw.		B/jajeczna: jw.,	B/jajeczna: panierka z zagęstnikiem z mąki i wody 1, reszta jw.,	B/jajeczna: jw.,
		B/mies.+ B/ryb.: jw.		B/mies.+ B/ryb.: jw.,	B/mies.+ B/ryb.: tofu w panierce 1,3,6, reszta jw.,	B/mies.+ B/ryb.: jw.,
^Wartości odżywcze odnoszą się do jadłospisu podstawowego; Liczbą oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 (lista alergenów zamieszczona obok); Zastrzegą się możliwość wprowadzania zmian do jadłospisu; Przez cały czas dostępna ciepła woda do picia. Wykorzystywane napoje roślinne: napój kokosowy / napój owsiany 1 / napój sojowy 6 / napój jaglany; Wykorzystywane jogurty roślinne: jogurt kokosowy / jogurt sojowy 6; Zamienniki na diety oznaczono: B/mlecz: dieta bezmleczna, Wege.: dieta bez mięsa i ryb, B/glut.: dieta bezglutenowa, B/jaj: dieta bezjajeczna; Jadłospis dla grupy wiekowej 3-6 lat; E-energia, B-białko, T-tłuszcz, W-węglowodany						

