

Jadłospis „LATO W MIEŚCIE”

Sierpień 2025

Poniedziałek 11-08-2025	• Granola z owocami na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (5) • Polędwica drobiowa(15), ser żółty (20) • Szpinak, ogórek(5) • Herbata owocowa (150)	• Spaghetti bolognese (200) • Kompot wieloowocowy (150)	• Kanapki • Bułeczka pełnoziarnista z prażonym jabłuszkiem (170) • Owoc (2) • Herbata rumiankowa(150)
Alergeny	1, 7	1,3,7	1,7
Wtorek 12-08-2025	• Płatki kukurydziane na mleku(200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (5) • Jajko na twardo z sosem jogurtowo-koperkowym (20), szynką z liściem laurowym (15) • Papryka, sałata (12) • Herbata owocowa (150)	• Nuggetsy z kurczaka w sezamie (80) • Ryż (130) • Sałata z rzodkiewką i śmietaną(60) • Kompot truskawkowy (150)	• Kanapki • Serek waniliowy (150) • Biszkoty (30) • Arbus (50) • Napar owocowy (150)
Alergeny	1, 7	1	1, 3, 7
Środa 13-08-2025	• Kawa Inka na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (5) • Schab pieczony (20), hummus klasyczny (20) • Pomidor, kielki (15) • Herbata owocowa (150)	• Bitki duszone w sosie warzywnym (80) • Kasza pęczak(130) • Surówka grecka z oliwkami (100) • Kompot wieloowocowy (150)	• Kanapki • Mieszanka studencka (40) • Brzoskwinia ufo (40) • Napar z hibiskusa i malin (150)
Alergeny	1, 3, 7	1, 7	1,3,7
Czwartek 14-08-2025	• Kakao na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (5) • Kielbasa żywiecka(20), domowa nutella (20) • Różponka, rzodkiewka (5) • Herbata owocowa (150)	• Orkiszowe naleśniki z serem i sosem owocowym(200) • Marchewka z ananasem (80) • Kompot wieloowocowy (150)	• Kanapki (50) • Mini wafelki kukurydziane (30) • Napar z melisy
Alergeny	1, 7	1, 3, 4, 7	1, 3, 7

Jadłospis „LATO W MIEŚCIE”

Sierpień 2025

Poniedziałek 18-08-2025	• Płatki kukurydziane na mleku (250) • Pieczywo mieszane (35) z masłem(5) • Kiełbaską żywiecką(10), pasta twarogowa (20) • Ogórek małosolny (15) • Herbata owocowa (200)	• Makaron pene z kurczakiem w sosie śmietanowym z cukinią i suszonymi pomidorami (200) • Kompot wieloowocowy (150)	• Kanapki • Musi owocowy (100) • Herbatka żurawinowa(150)
Alergeny	1, 7,	7, 3	1, 5, 7
Wtorek 19-08-2025	• Kakao na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (5) • Jajecznica ze szczypiorkiem (20), schab pieczony (15) • Rządkiwka (10) • Napar owocowa (150)	• Kotlecik wieprzowy z pieca w sezamowej panierce(80) • Ziemniaki z koperkiem(130) • Mizeria z jogurtem naturalnym (80) • Kompot truskawkowy (150)	• Kanapki • Ciastko owsiane z żurawiną (30) • Owoc (30) • Herbatka miętowa (150)
Alergeny	1, 4, 7	1, 3, 7	1, 7, 3,
Środa 20-08-2025	• Granola z owocami na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (5) • Hummus paprykowy (20), Polędwica sopocką (15) • Ogórek świeży, szpinak(15) • Herbata owocowa (150)	• Klopsiki cielęce duszone w sosie pomidorowym(80) • Kasza bulgur (130) • Fasolka szparagowa z maselkiem (100) • Kompot śliwkowo -porzecz. porzeczkowy(150)	• Kanapki • Jogurt z owocami (150) • Talerki owsiane (40) • Lemoniada z rabarborem (150)
Alergeny	1, 3, 7	1, 3, 7	1, 7
Czwartek 21-08-2025	• Kawa zbożowa na mleku • Pieczywo mieszane (35)z masłem (5) • Naleśniki z domowym dżemem truskawkowym (20), polędwica miodowa (15) • Pomidor, rucola (15)	○ Łazania z mięsem mielonym i beszamelem (200) ○ Ogórki małosolne (100) • Kompot wiśniowy (150)	• Kanapki • Batonik zbożowy (40) • Napar z czystką 150)
Alergeny	1, 7, 12	1, 7, 10	1, 7
Piątek 22-08-2025	• Płatki zbożowe na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (5) • Ser żółty(10), domowy pasztet drobiowy (10) • Papryka, rucola (15) • Herbata owocowa (150)	• Miruna smażona w cieście naleśnikowym (80) • Ziemniaki(130) • Surówka z kapusty pekińskiej w jogurcie (60) • Kompot z rabarbaru i truskawki (150)	• Kanapki • Karobowe pancake z twarożkiem i sosem owocowym (80) • Owoc(50) • Woda z miętą i limonką (150)
Alergeny	1, 7	1, 3, 4, 7	1, 3, 7

Jadłospis „LATO W MIEŚCIE”

Sierpień 2025

Poniedziałek 25-08-2025	- Mleko z miodem (200) - Pieczyno mieszane (35)z masłem (5) - Kiełbaskę krakowską/ ser mazarella (15) - Paprykę, szpinak (30) - Herbatkę owocową (150)	- Makaronowe kopyrdki z twarożkiem i musem śmietanowo-owocowym (200) - Kompot wieloowocowy (150)	- Kanapki - Bufeczkę owsianą z budyniem (60) - Owoc (40) - Woda z miętą i cytryną (150)
Alergeny	1, 7	1, 3, 7	1, 7
Wtorek 26-08-2025	- Płatki kukurydziane (200) - Pieczyno mieszane (35)z masłem (5) - Pasta jajeczna z serkiem/ polędwica sopocką (15) - Rzodkiewkę, rukolę (20) - Herbatkę owocową (150)	- Pierś z kurczaka w sezamie (80) - Ziemniaki (150) - Surówka z młodej kapusty z koperkiem (60) - Kompot wieloowocowy (150)	- Kanapki (40) - Domowy rogalik maślany z gorzką czekoladą (80) - Owoc (40) - Lemoniada rabarbarowa (150)
Alergeny	1, 7	1	1, 3, 7
Środa 27-08-2025	- Kawa Inka (200) - Pieczyno mieszane (35)z masłem (5) - Szynkę staropolską/twarożek na słodko (15) - Salata, ogórek świeży (20) - Herbatkę owocową (150)	- Kotlecik mielony z pieca (80) - Ziemniaki (130) - Fasolkę szparagową (50) - Kompot wieloowocowy (150)	- Kanapki - Naleśniki kasztanowe z serem (50) - Owoc (40) - Herbatkę owocową (150)
Alergeny	1, 3, 7	1, 7	1, 3, 7
Czwartek 28-08-2025	- Płatki zbożowe na mleku (200) - Pieczyno mieszane (35)z masłem (5) - Jajecznica ze szczypiorkiem (15), polędwica sopocką (15) - Ogórek świeży, kiełki (15) - Herbata owocowa (150)	- Kopytkę szpinakową z sosem pieczarkowym i ciecierzycą (200) - Surówkę z ogórków małosolnych (100) - Kompot wieloowocowy (150)	- Kanapki - Musik owocowy (100) - Napar owocowy (150)
Alergeny	1, 7	1, 3, 7	1, 7, 3
Piątek 29-08-2025	- Kakao (200) - Pieczyno mieszane (35)z masłem (5) - Pasta z tuńczykiem /schab pieczony w ziołach (15) - Ogórek małosolny, salata (20) - Herbatkę owocową (150)	- Pieczony kotlet rybny (80) - Ziemniaki (150) - Surówkę z młodej kiszanej kapusty (50) - Kompot wieloowocowy (150)	- Mieszanka studencka (40) - Banan (80) - Herbatkę miętową (150)
Wartość odżywcza	359kcal, B-13 T- 19; W-34	416kcal, B- 14, T- 13, W- 61	284kcal, B- 7; T- 6; W- 51