

	PONIEDZIAŁEK 17.11.2025	WTOREK 18.11.2025	ŚRODA 19.11.2025	CZWARTEK 20.11.2025	PIĄTEK 21.11.2025
ŚNIADANIE	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ szynka słoneczna 15g; ser delikatny 15g/7/ ogórek 20g/pomidor; herbata owocowa 250ml; <i>Ok.310kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ schab biały 15g; Serek z rzodkiewką 15g/7/ ogórek 20g/pomidor; herbata owocowa 250ml; <i>Ok.320kcal</i>	pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ paróweczka na ciepło 1szt; serek w plasterkach 15g/7/ Ketchup; pomidor/ ogórek 20g; herbatka ziołowa 250ml; <i>Ok.370kcal</i>	Bułka pszenno-żytnia 1szt./1,3,7/ Masło 10g/7/ pasta z mięsa 15g/3/ [wyr. włas.]; ser łaciaty 15g/7/ papryka / ogórek; herbata 250ml; <i>Ok.330kcal</i>	pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ pasta z żółtego sera/3/ [wyr. włas.]; Ser śmietankowy 15g/7/ ogórek 20g/sałata; herbata owocowa 200ml; <i>Ok.320kcal</i>
II Śniadanie	Owoc 1szt. <i>Ok. 80kcal</i>	babka z metra 30g/1,3,7/ <i>Ok. 180kcal</i>	owoc 1szt.; <i>Ok.80kcal</i>	ryżowe obłóczki 2szt; (wafle ryżowe) warzywne słupki 20g; <i>Ok.110kcal</i>	Owoc 1szt.; <i>Ok.80kcal</i>
OBIADY	ziemniaczany kremik ze szczypiorkową posypką 200ml/9/ (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, ziemniaki, szczypiorek, przyprawy)  kasza z wiejskiego ogródka 150g/1/ (kasza jęczmienna)  Strogonow księcia wieprzusia 100g/1,9/ (szynka wp, papryka, cebulka, pieczarki, ogórek kwaszony, przecier pomidorowy, przyprawy)  chrupiący serek z rodzynkami 100g/3,9/ (seler, rodzynki, przyprawy)  woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.690kcal</i>	zupa krem z czerwonego królestwa 200ml/9/ (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, pomidory, cebulka, przyprawy)  ziemniaczane obłóczki z koperkową posypką 150g/7/  Pulpecik w kremowym sosie z zaczarowanego garnka 100g/1,9/ (mielone mięso z łopatki wp, jajko, cebulka, chrzan, śmietanka, przyprawy)  surówka z krainy czerwonych buraczków 100g/9/ (buraczki, przyprawy)  woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.700kcal</i>	Krupniczek 200ml/1,9/ (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, kasza jęczmienna, natka pietruszki, przyprawy)  ziemniaczane kopytka ze złocistymi skwarkami 150g/1,9/ (ziemniaki, woda, mąka, boczek wędzony, cebulka, olej, przyprawy)  kapuściane gniazdko 100g/9/ (gotowana kwaszona kapusta)  woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.700kcal</i>	rosółek jak u mamy z makaronem i marchewką 200ml/1,3,9/ (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, makaron nitki, marchewka, natka pietruszki, przyprawy)  kremowe obłóczki z koperkiem 150g/7/ (puree ziemniaczane)  kotlecik z Lwówka 80g/1,3,7/ (pień z kurczaka, ser gouda, jajko, bułka tarta, przyprawy)  chrupiąca surówka z marchewką 100g/3,9/ (biała kapusta, marchewka, przyprawy)  woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.710kcal</i>	Zupa Pana buraczka ze spiralkami 200ml/9/ (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, buraczki, makaron świderki, przyprawy)  ryżowe perełki 150g (ryz biały);  zaczarowane jabłuszko z krainy słodkości 50g; (jabłka, przyprawy)  sosik budyniowo-waniliowy 50ml/7/  woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.720kcal</i>
Podwieczorek	Maślana chmurka 30g/1,3,7/ (chałka z masłem) Konfitura śliwkowa 15g; <i>Ok.160kcal</i>	Kanapka Czarodziejki Fasolki 1szt/1,3,7/ (kanapka z pastą z czerwonej fasolki) <i>Ok.100kcal</i>	Salatka Elfów z jakiem i słonecznikiem(mix sałat, pomidor, ogórek, papryka, jajko, słonecznik łuskany, sos vinegrett, przyprawy)/3/ 100g; <i>Ok. 120kcal</i>	Jogurtowe skarby 140ml/7/ (jogurt naturalny, suszona żurawina, rodzynki, suszona śliwka, przyprawy) <i>Ok. 160kcal</i>	bułeczka z magicznym serkiem 1/2szt. (bułka graham, serek z papryką szczypiorkiem); <i>Ok. 110kcal</i>
Wartości odżywcze	Ok. 1240kcal B: 16g-12%; T: 49g-34%; W: 188g- 54%	Ok. 1300kcal B: 18g-17%; T: 51g-33%; W: 166g- 50%	Ok. 1270kcal B: 18g-13%; T:57g-34%; W: 215g- 53%	Ok. 1310kcal B:22g-16%; T: 52g-31%; W: 192g- 53%	Ok. 1230kcal B:17g-18%; T: 49g-30%; W: 198g- 52%

**Dostawca zastrzega możliwość wprowadzenia zmian w jadłospisie.**

ALERGENY: /1/-gluten; /2/-skorupiaki; /3/-jaja; /4/-ryby; /5/-orzeczki ziemne; /6/-soja; /7/-mleko; /8/-orzechy; /9/-seler; /10/-gorczyca; /11/-nasiona sezamu; /12/-dwutlenek siarki; /13/-łubin; /14/-mięczaki

\*B- białko, T- tłuszcze, W- węglowodany