

	PONIEDZIAŁEK 12.01.2026	WTOREK 13.01.2026	ŚRODA 14.01.2026	CZWARTEK 15.01.2026	PIĄTEK 16.01.2026
ŚNIADANIE	Pieczyno mieszane 80g/1,3,7/; Masło 10g/7/; ser delikatny 15g/7/; Szynka drobiowa 15g; ogórek 20g/papryka; herbata ziołowa250ml; <i>Ok.320kcal</i>	Pieczyno mieszane 80g/1,3,7/; Masło 10g/7/; ser gouda 15g/3,7/; Dżem owocowy 15g; ogórek 20g; herbata ziołowa250ml; <i>Ok.330kcal</i>	Pieczyno mieszane 80g/1,3,7/; Masło 10g/7/; parówka na ciepło 1szt (90% mięsa z szynki); Serek ze szczypiorkiem 15g/7/; ogórek 20g/pomidor; herbata 250ml; <i>Ok.400kcal</i>	Pieczyno mieszane 80g/1,3,7/; Masło 10g/7/; serek w plasterkach15g/7/; Szynka słoneczna 15g; Ogórek kwaszony 20g/pomidor; herbata owocowa 250ml; <i>Ok.310kcal</i>	Pieczyno mieszane 80g/1,3,7/; Masło 10g/7/; pasta jajeczna 15g/3/; Ser łaciaty 15g/7/; Ogórek zielony 20g/sałata; herbata ziołowa250ml; <i>Ok.330kcal</i>
II Śniadanie	Owoc 1szt. <i>Ok. 80kcal</i>	Aksamitna jogurtowa chmurka ze złocistym skarbem [Jogurt naturalny z kruszonką biszkoptową] 150g/1,3,7/; <i>Ok. 180kcal</i>	Owoc 1szt. <i>Ok. 80kcal</i>	Warzywa magicznych Elfów[Warzywne słupki] 20g; Chrupiące patyczki Pani Kukurydźki 20g; <i>Ok. 120kcal</i>	Owoc 1szt. <i>Ok. 80kcal</i>
OBIADY	Zupa Pana Brokuła 200ml/9/ [zupa brokułowa]; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, brokuły, śmietanka, przyprawy)  Ryżowe perelki [ryż biały gotowany] 150g;  Kurczacek w warzywnym sosiku 100g/1,9/; (pieś z kurczaka, mieszanka warzyw, cebulka, przecier pomidorowy, przyprawy)  woda mineralna/kompot 200ml  <i>Ok.670kcal</i>	Zupka Pana w zielonym garniturku 200ml/9/ [zupa ogórkowa]; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, warzywa, ogórki kwaszone, koperek, śmietanka, przyprawy)  Ziemniaczane obtłoczki z zieloną posypką 150g/7/; (puree ziemniaczane z koperkiem)  Złocisty kotlecik z Babcinego domku 80g/1,3/; (mielone mięso z łopatki wp, cebulka, jajko, bułka tarta, przyprawy)  Rubinowe buraczki z czerwonej krainy 100g/9/; [surówka z buraczków]  woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.720kcal</i>	Krem ze słonecznych pomidorków 200ml/9/ [krem pomidorowy]; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, warzywa, pomidor, cebulka, śmietanka, przyprawy)  Kopytka z ziemniaczanej krainy z okrasą [Kopytka ziemniaczane, okrasa] 150g/1,7/;  Kapuściane gniazdko [gotowana kwaszona kapusta] 100g/9/;  woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.690kcal</i>	Złocista zupka z białymi nitczkami [rosół z makaronem] 200ml/1,3,9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, marchewka, natka pietruszki, makaron nitki, przyprawy)  Ryżowe śnieżynki [ryż biały gotowany]150g;  Kurczacek w puszystym sosiku [potrawka z kurczaka] (pieś kurczaka, śmietanka, przyprawy)  Marchewkowo-groszkowa radość 100g/9/ (gotowana marchewka z groszkiem)  woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.710kcal</i>	Krupniczek z warzywnej łąki 200ml/1,9/ [krupnik]; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, warzywa, kasza jęczmienna, przyprawy)  Ziemniaczane chmurki z koperkiem 150g/7/; [puree ziemniaczane z koperkiem]  Piracki przysmak [paluszki rybne] 2szt/1,3,4./ (filet z dorsza, jajko, bułka tarta, przyprawy)  Surówka magicznych Elfów 100g/9/ [surówka z kwaszonej kapusty];  woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.700kcal</i>
Podwieczorek	Śmietankowa droga mleczna [budyń śmietankowy na mleku] 150ml/7/; <i>Ok.160kcal</i>	Chrupiące deseczki Leśnego Skrzata 2szt [chrupkie pieczywo]; Humusowa chmurka 20g/11/; <i>Ok. 110kcal</i>	Jajko w zaczarowanym ogródku [sałatka z jajkiem] (mix sałat, pomidor, ogórek, papryka, jajko, przyprawy, sos vinegrett) 120g; <i>Ok. 140kcal</i>	Bananowa chmurka [Kaszaka manna na mleku z bananem] 150ml/1,7/; <i>Ok. 170kcal</i>	Grahameczka 1/2szt [bułka graham]/1,3,7/; Śmietankowo-paprykowa opowieść [serek z papryką] 20g/7/; <i>Ok. 120kcal</i>
Wartości odżywcze	Ok. 1230kcal B: 18g-16%; T: 48g-31%; W: 195g- 53%	Ok. 1340kcal B: 22g-17%; T: 53g-31%; W: 189g- 52%	Ok. 1310kcal B: 19g-17%; T: 55g-32%; W: 176g- 51%	Ok. 1310kcal B: 20g-13%; T: 53g-32%; W: 197g- 55%	Ok. 1230kcal B: 22g-16%; T: 48g-33%; W: 187g- 51%

**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/-lubin; /14/-mięczaki

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