

JADŁOSPIS DEKADOWY 20.07.2026r. – 31.07.2026r.

PONIEDZIAŁEK 20.07.2026r.

ŚNIADANIE: mleko -200g-7, bułka pszenna-35g-1 z masłem-10g-7 i konfiturą truskawkową -10g, jabłko-15, marchew-10g, napar z herbaty z cytryną-200g

OBIAD: zupa pomidorowa z makaronem-235g-1, nuggetsy-80g-1,3 ziemniaki puree-150g, surówka z kiszonej kapusty- 60g, napój z soku tłoczonego -200g

PODWIECZOREK: jogurt owocowy- 100g -7, 9 , sucharki bez cukru-20g-1

WTOREK 21.07.2026r.

ŚNIADANIE: kawa zbożowa na mleku-200g-7, chleb -35g-1 z masłem-10g-7 i wędliną drobiową-5g, biała rzepa-10, ogórek-15g, napar z herbaty owocowej-200g

OBIAD: zupa krupnik -235g-7,9, kopytka z skwarką mięsa -120-1 , gotowana czerwona kapusta-40g, napój z soku tłoczonego -200g

PODWIECZOREK- babka - 70 g-1, borówka - 40g, woda cytrynowa -200g

ŚRODA 22.07.2026r.

ŚNIADANIE: kakao na mleku-150g-7, chleb -35g-1 z masłem-10g-7 , jajkiem gotowanym-10g, sałata- 10g, ogórek kiszony, papryka-10g, napar herbaty ziołowej-200g

OBIAD: zupa krem ratatouille -235g, mięso drobiowe w sosie własnym- 50g, gotowana marchew z groszkiem -60g, ryż- 100g, napój z soku tłoczonego -200g

PODWIECZOREK: kisiel wiśniowy do picia- 150g- wyrób własny-20g, paluchy kukurydziane-20g

CZWARTEK 23.07.2026r.

ŚNIADANIE: bułka graham-35g-1, z masłem -5g-7 i miodem-10g-7, zupa owsianka -200g-7, napar z herbaty-200g, rzodkiewka -15g

OBIAD: zupa kalafiorowa -235g-7,9, gulasz wołowo-wieprzowy -80g, kasza pęczak-150g, kiszony ogórek-20g napój z soku tłoczonego-200g

PODWIECZOREK: jogurt naturalny -100g-7, paluszki ptysiowe -20g

PIĄTEK 24.07.2026r.

ŚNIADANIE: chleb-35-1 z masłem-5g-7 i pastą z tuńczyka -5-4g, kawa mleczna -150g-7, napar z herbaty ziołowej -200g, ogórki kiszone -20g

OBIAD: zupa barszcz czerwony z makaronem -235g-1,7,9, gzik po poznańsku-7- 60g, ziemniaki puree- 100g-7, napój z soku tłoczonego-200g

PODWIECZOREK: melon, banan -200g, herbatniki- 20g

PONIEDZIAŁEK 27.07.2026r.

ŚNIADANIE: chleb-35g-1 z masłem -10g-7 i pasztetem -15g , kawa zbożowa na mleku-200g-7, napar herbaty z cytryną-200g, ogórek, rzodkiewka- 20g

OBIAD: zupa koperkowa-235g-7,9, placki ziemniaczane z kwaśną śmietaną-130g-1 , napój z soku tłoczonego -200g

PODWIECZOREK: budyń śmietankowy- 150g-7, mango -15g

WTOREK 28.07.2026r.

ŚNIADANIE: chleb -35g-1 z masłem-10g i pastą z łososia i sera białego-10g, kawa mleczna-200g-7, napar z herbaty miętowej-200g, pomidor-20g, ogórek kiszony-20g

OBIAD: zupa rosolnik z kaszką manną-235, polędwica wieprzowa w sosie własnym -80g-7, kasza -100g-7, gotowany bukiet warzyw - 50g, napój z soku tłoczonego -200g

PODWIECZOREK: skyr jagodowy bez dodatku cukru – 150g,

ŚRODA 29.07.2026r

ŚNIADANIE: bułka-35g-1 z masłem 10g i wędliną drobiową-5g, kakao na mleku-200g-7, napar z herbaty owocowej-200g, marchew, pomidor -20g,

OBIAD: zupa ogórkowa -235g, paluszki rybne-60g-1, 4, ziemniaki puree-100g, ogórki kiszone- 40 g, napój z soku tłoczonego -200g

PODWIECZOREK: ciasto murzynek - 40g-1,7 , malina- 10g

CZWARTEK 30.07.2026r.

ŚNIADANIE: chleb z ziarnami-35g-1 z masłem -10g-7 i dżemem-20g-3, herbata z cytryną-200g, kakao na mleku-200g, biała rzodkiew-20g, ogórek- 20g

OBIAD: zupa pomidorowa z makaronem-235g-1,7,9, pieczeń rzymska-60g, **ziemniaki** puree z koperkiem -100g-7, gotowane buraki – 50g, napój z soku tłoczonego-200g

PODWIECZOREK: paluchy mleczne z masłem -40g-7, śliwka-100g

PIĄTEK 31.07.2026r.

ŚNIADANIE: kakao na mleku-150g, chleb -35g z masłem-5g i żółtym serem-60g, napar z melisy-200g, kiszony ogórek-20g

OBIAD: zupa barszcz czerwony z makaronem-235g-9, pierogi z owocami -200g-1,7, napój z soku tłoczonego -200g

PODWIECZOREK: serek naturalny gęsty– 150g-7, brzoskwinia- 30g