

J a d ł o s p i s

Gminne Przedszkole w Cedzynie

PONIEDZIAEK: 06. 10. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno – żytni, masło, sałata masłowa, ser żółty, ogórek kiszony, papryka czerwona. Kawa zbożowa na mleku. Herbata owocowa hibiskus.

II Śniadanie: Jabłko.

Obiad: Zupa ziemniaczana z pomidorami. Sos curry z szynki. Kasza jęczmienna. Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i kukurydzy. Kompot z owoców mieszanych.

Podwieczorek: Deser: kisiel malinowy z żurawiną. Wafle ryżowo – zbożowe. Herbata owocowa hibiskus.

WTOREK: 07. 10. 2025r.

Śniadanie: Zupa mleczna: płatki owsiane z siemieniem lnianym na mleku. Kanapka: chleb pszenno żytni, masło, sałata, szynka, pomidor, szczypiorek, kalarepa. Herbata owocowa hibiskus.

II Śniadanie: Gruszka.

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem. Sztuka mięsa gotowana z warzywami. Kasza gryczana. Surówka: mizeria. Kompot z owoców mieszanych.

Podwieczorek: Deser: budyń śmietankowy, truskawki. Chrupki kukurydziane. Herbata owocowa hibiskus.

ŚRODA: 08. 10. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno - żytni, masło, sałata, kiełbasa krakowska, ogórek zielony, szczypiorek, kalarepa. Kawa zbożowa na mleku. Herbata owocowa hibiskus.

II Śniadanie: Banan.

Obiad: Zupa krem z białych warzyw. Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym. Ryż biały. Surówka z ogórka kiszzonego, marchwi i jabłka. Kompot z owoców mieszanych.

Podwieczorek: Koktajl: kefir naturalny z truskawkami. Podpłomyki bezcukrowe. Herbata owocowa hibiskus.

CZWARTEK: 09. 10. 2025r.

Śniadanie: Zupa mleczna: makaron nitki na mleku. Kanapka: chleb pszenno – żytni, masło, sałata, schab, ogórek kiszony, papryka czerwona. Herbata owocowa hibiskus.

II Śniadanie: Jabłko.

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami. Gulasz mięsno - warzywny. Kasza bulgur. Surówka pomidor. Kompot z owoców mieszanych.

Podwieczorek: Koktajl: jogurt naturalny z jagodami. Wafle ryżowe naturalne. Herbata owocowa hibiskus.

PIĄTEK: 10. 10. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno - żytni, masło, sałata, ser żółty, ogórek zielony, pomidor cherry. Kakao na mleku. Herbata owocowa hibiskus.

II Śniadanie: Banan.

Obiad: Zupa brokułowa z makaronem. Filet z miruny panierowany. Ziemniaki z koperkiem. Surówka z kiszonej kapusty. Rodzynki. Kompot z owoców mieszanych

Podwieczorek: Deser: kisiel wiśniowy z żurawiną. Bułka wrocławska, masło, dżem truskawkowy. Herbata owocowa hibiskus.

Na życzenie dzieci **herbatka** do picia dostępna jest cały dzień.
Z przyczyn od nas niezależnych jadłospis może ulec zmianie.

J a d ł o s p i s

Gminne Przedszkole w Cedzynie

PONIEDZIAEK: 06. 10. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno – żytni 35g składniki: mąka **pszenna**, woda, zakwas **żytni** naturalny, (mąka **żytnia**, woda), drożdże, sól, masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 82%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana, sałata masłowa 5g, żółty ser 14g składniki: **mleko** pasteryzowane, sól spożywcza, stabilizator: chlorek wapnia, kultury bakterii mlekowych, podpuszczka mikrobiologiczna, ogórek kiszony 20g składniki: ogórek, zalewa (woda, sól, przyprawy), papryka czerwona 30g. Kawa zbożowa 2g składniki: zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria, mleko 200ml składniki: **mleko** 2% 200ml. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

II Śniadanie: Jabłko 60g.

Obiad: Zupa ziemniaczana z pomidorami 200ml składniki: woda wodociągowa 37%, ziemniaki 30%, pomidor 15%, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 15%, składniki: warzywa 100% w zmiennych proporcjach (marchew, **seler**, pietruszka, por), śmietana 18% 2% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, mąka tortowa typ 450 1% składniki: mąka **pszenna**, pieprz czarny mielony, pietruszka liście, papryka czerwona mielona słodka i ostra, lubczyk suszony. Sos curry z szynki 100g składniki: wieprzowina szynka surowa 57%, woda wodociągowa 21%, cebula 9%, mąka tortowa typ 450 5% składniki: mąka **pszenna**, koncentrat pomidorowy 30% 4%, śmietana 18% 4% składniki: **śmietanka** żywe kultury bakterii fermentacji **mlekowej**, przyprawa curry. Kasza jęczmienna 50g składniki: kasza jęczmienna wiejska 93% składniki: 100% przerobione ziarno **jęczmienia**, olej rzepakowy tłoczony na zimno 7% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia, filtrowany na zimno. Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i kukurydzy 50g składniki: kapusta pekińska 57%, ogórek 24%, kukurydza konserwowa 4% składniki: kukurydza, woda, cukier, sól, koper 4%, śmietana 18% 4% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, majonez kielecki 4% składniki: olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, gorczyca, cukier, sól, przyprawy) woda, żółtka **jaj** 7%, słonecznik nasiona 2% składniki: słonecznik łuskany, pieprz czarny mielony. Kompot z owoców mieszanych 150ml składniki: woda wodociągowa 81%, mieszanka kompotowa 5 składnikowa z truskawką 18%, (składniki: śliwka b/p czarna i czerwona porzeczka, truskawka 5%, agrest składniki w różnych proporcjach, cukier 1%.

Podwieczorek: Deser: kisiel malinowy 180 ml składniki: mąka ziemniaczana 10g składniki: skrobia ziemniaczana, malina mrożona - 35g, żurawina 3g składniki: żurawina 60%, cukier 39%, olej słonecznikowy, produkt może zawierać **sezam, orzeszki** ziemne, inne **orzechy**, woda 150ml. Wafle zbożowo ryżowe 10g składniki: mąka **pszenna** 97,2%, mąka ryżowa 1%, olej rzepakowy, sól morską. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

WTOREK: 07. 10. 2025r.

Śniadanie: Zupa mleczna 200ml: płatki owsiane 10g składniki: płatki **owsiane**, siemię lniane składniki: **siemię** lniane 2g, mleko 2% 200ml składniki: **mleko**. Kanapka: chleb pszenno – żytni 35g składniki: mąka **pszenna**, woda, zakwas **żytni** naturalny, (mąka **żytnia**, woda), drożdże, sól, masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 83%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana, sałata 5g, szynka wieprzowa 20g składniki: szynka wieprzowa sól, cukier, przyprawy naturalne, substancja konserwująca azotyn sodu. Do wyprodukowania 100g produktu użyto 108g szynki wieprzowej, pomidor 35g, szczypiorek 3g, kalarepa 20g. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

II Śniadanie: Gruszka 60g.

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem 150 ml składniki: woda wodociągowa 74%, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 16%, (warzywa 100% w zmiennych proporcjach, marchew, **seler**, pietruszka, por), koncentrat pomidorowy 30% 5%, wieprzowina łopatką 0%, śmietana 18% 4% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**, Termizowana, mąka tortowa 1% składniki: mąka **pszenna** pieprz czarny mielony, pietruszka liście 1%, lubczyk suszony. Makaron 40g składniki: mąka makaronowa **pszenna**. Sztuka mięsa gotowana 70g składniki: wieprzowina szynka surowa 80%, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 20%, (warzywa 100% w zmiennych proporcjach, marchew, **seler**, pietruszka, por), pieprz czarny mielony. Kasza gryczana 40g składniki: kasza gryczana. Surówka mizeria 50g składniki: ogórek 88%, szczypiorek 2% śmietana 18% 10% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**, Termizowana, pieprz czarny mielony. Kompot z owoców mieszanych 150 ml składniki: woda wodociągowa 81%, mieszanka kompotowa 5 składnikowa z truskawką 18%, składniki: śliwka b/p czarna i czerwona porzeczka, truskawka 5%, agrest składniki: w różnych proporcjach, cukier 1%.

Podwieczorek: Deser: Budyń śmietankowy 180 ml składniki: **mleko** 2% 150 ml, mąka ziemniaczana 10g skład: zawiera **siarczyny**, może zawierać śladowe ilości alergenów, **glutenu, orzeszków ziemnych** innych **orzechów migdałów sezamu, gorzycy** oraz **soi**, truskawki - 35g, 150ml. Chrupki kukurydziane 10g składniki: grys kukurydziany 100%. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

ŚRODA: 08. 10. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno – żytni 35g składniki: (mąka **pszenna**, woda, zakwas **żytni** naturalny, (mąka **żytnia**, woda), drożdże, sól, masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 82%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana, sałata masłowa 5g, kielbasa krakowska sucha 20g składniki: mięso wieprzowe, sól, sacharoza, ekstrakty przypraw, stabilizatory: octany sodu, cytryniany sodu, przeciwutleniacze kwas izoskorbinowy izoskorbinian sodu, substancja konserwująca azotyn sodu, ogórek zielony 35g, szczypiorek 3g, kalarepa 20g. Kawa zbożowa 2g składniki: zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria, mleko 200ml składniki: **mleko** 2% 200ml. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

II Śniadanie: Banan 60g.

Obiad: Zupa krem z białych warzyw 200 ml składniki: woda wodociągowa 21%, ziemniaki 14%, pietruszka korzeń 14%, kalafior mrożony 12%, seler korzeniowy 12% składniki: **seler**, por 6%, cebula 11%, masło 1% składniki: **śmietanka** pasteryzowana cytryna 6%, śmietana 18% 3% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, olej rzepakowy tłoczony na zimno 1% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia filtrowany na zimno, pieprz czarny mielony, gałka muszkatołowa. **Pulpet wieprzowy 80g** składniki: wieprzowina łopatką 84%, cebula 7%, jaja kurze 4% składniki: **jaja**, bułka pszenna 50g 5% składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, drożdże, cukier, pieprz czarny mielony. **Ryż biały gotowany 40g** składniki: ryż biały 93%, olej rzepakowy tłoczony na zimno 7% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia, filtrowany na zimno. **Sos pomidorowy 50g** składniki: woda wodociągowa 76%, koncentrat pomidorowy 30% 13%, mąka tortowa typ450 8% składniki: mąka **pszenna**, śmietana 18% 4% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, pieprz czarny mielony. **Surówka z ogórka kiszzonego, marchwi i jabłka 60g** składniki: ogórki kiszzone 61% składniki: ogórek zalewa naturalna, sól, koper, liść laurowy, marchew 23%, jabłko 8%, cebula 5% olej rzepakowy tłoczony na zimno 2% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia, filtrowany na zimno, cukier, pietruszka liście, pieprz czarny mielony. **Kompot z owoców mieszanych 150 ml** składniki: woda wodociągowa 81%, mieszanka kompotowa 5 składnikowa z truskawką 18%, (składniki: śliwka b/p czarna i czerwona porzeczka, truskawka5%, agrest składniki: w różnych proporcjach, cukier1%.

Podwieczorek: Koktajl: Kefir naturalny 120g składniki: **mleko** pasteryzowane kultury kefirowe, truskawki 35g składniki: truskawka mrożona. **Podpłomyki bezcukrowe 10g** składniki: mąka **pszenna** mleko w proszku tłuszcz roślinny palmowy, rzepakowy sól, emulgator lecytyny z **soi**, substancje spulchniające difosforan disodowy wodorowęglan sodu. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

CZWARTEK: 09. 10. 2025r.

Śniadanie: Zupa mleczna: makaron nitki 12g składniki: semolina mąka z **pszenicy** durum, mąka z **pszenicy** zwyczajnej, pełnoziarnista masa **jajowa** 13% (odpowiednio proporcje 3 jaja na kg mąki), przyprawa kurkuma, mleko 200ml składniki: **mleko** 2% 200ml. Kanapka: chleb pszenno – żytni 35g składniki: mąka **pszenna**, woda, zakwas **żytni** naturalny, (mąka **żytnia**, woda), drożdże, sól, masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 83%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana, sałata 5g, schab 20g składniki: szynka wieprzowa 89%, białko wieprzowe, cukier, przyprawy naturalne, sól, stabilizator (difosforan disodowy), stabilizator (polifosforan sodu) stabilizator (trifosforan pentasodowy), substancja konserwująca azotyn sodu, substancja zagęszczająca karagen, woda, papryka czerwona 35g, ogórek kiszony 25g składniki: ogórek, zalewa (woda, sól, przyprawy). Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

II Śniadanie: Jabłko 60g.

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami 200ml składniki: włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 22%, (marchew, **seler**, pietruszka, por), woda wodociągowa 30%, ziemniaki 30%, ogórki kiszzone 12% składniki: ogórek zalewa naturalna, sól, koper, liść laurowy, śmietana 18% 4% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, mąka tortowa typ 450 1% składniki: mąka **pszenna**, pietruszka liście, pieprz czarny mielony, liść laurowy, ziele angielskie. **Gulasz mięsno - warzywny 100g** składniki: wieprzowina szynka surowa 60%, bukiet warzyw kwiatowy mrożony 29%, składniki: warzywa 100% w zmiennych proporcjach marchew plaster, kalafior, brokuł różyczka, cebula 4%, śmietana 18% 2% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, mąka tortowa typ 450 2% składniki: mąka **pszenna**, kukurydza konserwowa 1% składniki: kukurydza woda cukier sól, fasola konserwowa 1% składniki: fasola czerwona woda sól, czosnek, papryka czerwona mielona słodka i ostra, liść laurowy, ziele angielskie. **Kasza bulgur 40g** składniki: kasza bulgur 93% składniki: **pszenica** durum, olej rzepakowy tłoczony na zimno 7% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia, filtrowany na zimno. **Surówka pomidor 50g**. **Kompot z owoców mieszanych 150 ml** składniki: woda wodociągowa 81%, mieszanka kompotowa 5 składnikowa z truskawką18%, (składniki: śliwka b/p czarna i czerwona porzeczka, truskawka5%, agrest składniki: w różnych proporcjach, cukier1%.

Podwieczorek: Koktajl: Jogurt naturalny 120g składniki: **mleko** pasteryzowane **mleko** w proszku odtłuszczone, białka **mleka**, kultury bakterii jogurtowych, czarna jagoda 25g. Wafle ryżowe 10g składniki: ryż 100% brązowy, biały. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

PIĄTEK: 10. 10. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno – żytni 35g składniki: mąka **pszenna**, woda, zakwas **żytni** naturalny, (mąka **żytnia**, woda), drożdże, sól, masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 82%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana, sałata masłowa 5g, żółty ser 14g składniki: **mleko** pasteryzowane, sól spożywcza, stabilizator: chlorek wapnia, kultury bakterii mlekowych, podpuszczka mikrobiologiczna, ogórek zielony 30g, pomidor cherry 30g. Kakao naturalne 2g składniki: kakao o obniżonej zawartości tłuszczu, regulator kwasowości węglany potasu, mleko 2% 200ml składniki: **mleko**. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

II Śniadanie: Banan 60g.

Obiad: Zupa brokułowa z makaronem 220ml składniki: woda wodociągowa 39%, brokuły mrożone 26%, włoszczyzna paski 4 skl. mrożona 19%, składniki: warzywa 100% w zmiennych proporcjach (marchew, **seler**, pietruszka, por), noga udo z kurczaka 6%, makaron kuleczki 5% składniki; mąka **pszenna** semolina może zawierać **jaja**, śmietana 18% 3% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, pieprz czarny mielony, pietruszka liście. Filet z miruny panierowany 100g składniki: filet z **miruny** 68%, jaja kurze 12% składniki: **jaja**, olej rzepakowy tłoczony na zimno 9% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia filtrowany na zimno bułka tarta 11% składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, drożdże, pieprz czarny mielony. Ziemniaki z koperkiem 100g składniki: ziemniaki 99%, koper ogrodowy 1%. Surówka z kiszonej kapusty 50g składniki: kapusta kiszona 57% składniki: (kapusta biała, sól, marchew), marchew 16%, jabłko 16%, olej rzepakowy rafinowany 4% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia filtrowany na zimno, cebula 6%, cukier, pieprz czarny mielony. Rodzynki 15g składniki: rodzyнки 99,5%, olej słonecznikowy 0,5%. Kompot z owoców mieszanych 150ml skład: woda wodociągowa 81%, owoce mrożone truskawka, śliwka b/p czarna porzeczka, truskawka 5%, wiśnia bez pestki, cukier 1%.

Podwieczorek: Deser: kisiel wiśniowy 180 ml składniki: mąka ziemniaczana 10g składniki: skrobia ziemniaczana, wiśnia mrożona - 35g, żurawina 3g składniki: żurawina 60%, cukier 39%, olej słonecznikowy, produkt może zawierać **sezam**, **orzeszki** ziemne, inne **orzechy**, woda 150ml. Bagietka 30g składniki: mąka **pszenna** 500, woda, drożdże sól, cukier, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, mąka **sojowa**, mąka słodowa **jęczmienna**, środki do przetwarzania mąki kwas askorbinowy E 300, L –cysteina (E 920), masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 83%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana. Dżem truskawkowy 15g składniki: truskawki, cukier, woda substancja żelująca pektyny regulator kwasowości, kwas cytrynowy. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

J a d ł o s p i s

Gminne Przedszkole w Cedzynie

PONIEDZIAEK: 29. 09. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno – żytni, masło, sałata masłowa, ser żółty, papryka czerwona, ogórek kiszony. Kawa zbożowa na mleku. Herbata owocowa kwiat hibiskusa.

II Śniadanie: Jabłko.

Obiad: Zupa ziemniaczana z porami. Makaron spaghetti. Sos boloński z mięsem. Kompot z owoców mieszanych.

Podwieczorek: Deser: kisiel wiśniowy z żurawiną. Chrupki kukurydziane. Herbata owocowa kwiat hibiskusa.

WTOREK: 30. 09. 2025r.

Śniadanie: Zupa mleczna: płatki owsiane z siemieniem lnianym na mleku. Kanapka: chleb pszenno żytni, masło, sałata, kielbasa krakowska, ogórek zielony, papryka czerwona. Herbata owocowa kwiat hibiskusa.

II Śniadanie: Śliwka.

Obiad: Zupa krupnik jęczmienny. Kurczak ze szpinakiem serem białymi makaronem. Surówka z marchewki i jabłka. Kompot z owoców mieszanych.

Podwieczorek: Deser: budyń śmietankowy, mus truskawkowy. Podpłomyki bezcukrowe. Herbata owocowa kwiat hibiskusa.

ŚRODA: 01. 10. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno - żytni, masło, sałata, szynka wiejska, pomidor, szczypiorek. Kalarepa, Kawa zbożowa na mleku. Herbata owocowa kwiat hibiskusa.

II Śniadanie: Banan.

Obiad: Zupa krupnik ryżowy na maśle. Kotlet schabowy z pieca. Ziemniaki z koperkiem. Surówka mizeria z ogórka. Rodzynki. Kompot z owoców mieszanych.

Podwieczorek: Koktajl: Jogurt naturalny z jagodami. Bułka wrocławska, masło. Herbata owocowa kwiat hibiskusa.

CZWARTEK: 02. 10. 2025r.

Śniadanie: Zupa mleczna: makaron nitki na mleku. Kanapka: chleb pszenno – żytni, masło, pasta z białego sera, ogórek zielony, papryka czerwona, szczypiorek. Herbata owocowa kwiat hibiskusa.

II Śniadanie: Jabłko.

Obiad: Zupa jarzynowa. Klopsiki drobiowe w sosie warzywnym. Kasza kuskus. Surówka z rzodkiewki. Kompot z owoców mieszanych.

Podwieczorek: Deser: kisiel wiśniowy. Kajmaki: wafle deserowe, masa śliwkową. Herbata owocowa malinowa.

PIĄTEK: 03. 10. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno - żytni, masło, sałata, ser żółty, ogórek zielony, papryka czerwona. Kawa zbożowa na mleku. Herbata owocowa dzika róża.

II Śniadanie: Banan.

Obiad: Zupa grysikowa. Filet z miruny panierowany. Ziemniaki z koperkiem. Surówka z kiszonej kapusty. Kompot z owoców mieszanych

Podwieczorek: Deser: makaron mieszany, mus jogurtowy, truskawki. Herbata owocowa dzika róża.

Na życzenie dzieci **herbatka** do picia dostępna jest cały dzień.
Z przyczyn od nas niezależnych jadłospis może ulec zmianie.

J a d ł o s p i s

Gminne Przedszkole w Cedzynie

PONIEDZIAEK: 29. 09. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno – żytni 35g składniki: mąka **pszenna**, woda, zakwas **żytni** naturalny, (mąka **żytnia**, woda), drożdże, sól, masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 82%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana, sałata masłowa 8g, żółty ser 14g składniki: **mleko** pasteryzowane, sól spożywcza, stabilizator: chlorek wapnia, kultury bakterii mlekowych, podpuszczka mikrobiologiczna, ogórek kiszony 30g składniki: ogórek, zalewa (woda, sól, przyprawy), papryka czerwona 30g. Kawa zbożowa 3g składniki: zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria, mleko 200ml składniki: **mleko** 2% 200ml. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

II Śniadanie: Jabłko 60g.

Obiad: Zupa ziemniaczana z porami 200ml składniki: ziemniaki 29%, woda wodociągowa 29%, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 33%, składniki: warzywa 100% w zmiennych proporcjach (marchew, **seler**, pietruszka, por), por 5%, śmietana 18% 2% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, pieprz czarny mielony, pietruszka liście. Sos spaghetti boloński z mięsem 100g składniki: wieprzowina szynka surowa 58%, pomidor 12%, papryka 12%, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 5%, składniki: warzywa 100% w zmiennych proporcjach (marchew, **seler**, pietruszka, por), cebula 5%, mąka tortowa typ 450 3% składniki: mąka **pszenna**, koncentrat pomidorowy 30% 5%, papryka czerwona mielona słodka i ostra, oregano suszone, ziele angielskie, bazylia suszona, liść laurowy, czosnek, pieprz czarny mielony. Makaron spaghetti 50g składniki: makaron bezjajeczny 94% składniki: mąka makaronowa **pszenna**, olej rzepakowy tłoczony na zimno 6% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia, filtrowany na zimno. Kompot z owoców mieszanych 150ml składniki: woda wodociągowa 81%, mieszanka kompotowa 5 składnikowa z truskawką 18%, (składniki: śliwka b/p czarna i czerwona porzeczka, truskawka 5%, agrest składniki w różnych proporcjach, cukier 1%.

Podwieczorek: Deser: kisiel wiśniowy 180 ml składniki: mąka ziemniaczana 10g składniki: skrobia ziemniaczana, malina - 35g, żurawina 3g, woda 150ml. Chrupki kukurydziane 10g składniki: grys kukurydziany 100%. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

WTOREK: 30. 09. 2025r.

Śniadanie: Zupa mleczna 200ml: płatki owsiane 10g składniki: płatki **owsiane**, siemię lniane składniki: **siemię** lniane 2g, mleko 2% 200ml składniki: **mleko**. Kanapka: chleb pszenno – żytni 35g składniki: mąka **pszenna**, woda, zakwas **żytni** naturalny, (mąka **żytnia**, woda), drożdże, sól, masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 83%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana, sałata 8g, kiełbasa krakowska sucha 20g składniki: mięso wieprzowe, sól, sacharoza, ekstrakty przypraw, stabilizatory: octany sodu, cytryniany sodu, przeciwutleniacze kwas izoskorbinowy izoskorbinian sodu, substancja

konserwująca azotyn sodu, papryka czerwona 30g, ogórek zielony 30g. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

II Śniadanie: Śliwka 70g.

Obiad: Zupa krupnik jęczmienny na mięsie 200ml składniki: woda wodociągowa 40%, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 21%, (warzywa 100% w zmiennych proporcjach, marchew, **seler**, pietruszka, por), ziemniaki 12%, wieprzowina karkówka 21%, kasza jęczmienna wiejska 6% składniki: 100%, przerobione ziarno **jęczmienia** pieprz czarny mielony, pietruszka liście, liść laurowy, ziele angielskie. Kurczak ze szpinakiem serem i makaronem 200g składniki: mięso z piersi kurczaka 37%, szpinak mrożony 30%, makaron bezjeczny 20% składniki: mąka makaronowa **pszenna**, ser twarogowy półtłusty 10% składniki: **mleko** pasteryzowane kultury bakterii **mlekowych**, olej rzepakowy tłoczony na zimno 2% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia filtrowany na zimno, czosnek 1%, bazylija suszona, gałka muszkatołowa, pieprz czarny mielony. Surówka z marchewki i jabłka 50g składniki: marchew 67%, jabłko 29%, olej rzepakowy tłoczony na zimno 2% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia filtrowany na zimno, cytryna 2%. Kompot z owoców mieszanych 150 ml składniki: woda wodociągowa 81%, mieszanka kompotowa 5 składnikowa z truskawką 18%, (składniki: śliwka b/p czarna i czerwona porzeczką, truskawka 5%, agrest składniki: w różnych proporcjach, cukier 1%.

Podwieczorek: Deser: Budyń śmietankowy 180 ml składniki: **mleko** 2% 150 ml, mąka ziemniaczana 10g skład: zawiera siarczyny, może zawierać śladowe ilości alergenów, **glutenu**, **orzeszków ziemnych** innych **orzechów migdałów sezamu**, **gorzycy** oraz **soi**, truskawki - 35g, 150ml. Podpłomyki bezcukrowe 10g składniki: mąka **pszenna** mleko w proszku tłuszcz roślinny palmowy, rzepakowy sól, emulgator lecytyny z **soi**, substancje spulchniające difosforan disodowy wodorowęglan sodu. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

ŚRODA: 01. 10. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno – żytni 35g składniki: (mąka **pszenna**, woda, zakwas **żytni** naturalny, (mąka **żytnia**, woda), drożdże, sól, masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 82%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana, sałata masłowa 8g, szynka wieprzowa 20g składniki: szynka wieprzowa sól, cukier, przyprawy naturalne, substancja konserwująca azotyn sodu. Do wyprodukowania 100g produktu użyto 108g szynki wieprzowej, pomidor 30g, szczypiorek 3g, Kalarepa 20g. Kawa zbożowa 3g składniki: zboża 78% (**jęczmień**, **żyto**), cykorja, mleko 200ml składniki: **mleko** 2% 200ml. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

II Śniadanie: Banan 60g.

Obiad: Zupa krupnik ryżowy na maśle 200ml składniki: włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 20%, (marchew, **seler**, pietruszka, por), woda wodociągowa 63%, masło ekstra 1% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, ryż biały 15%, pieprz czarny mielony, lubczyk suszony, pietruszka liście. Kotlet schabowy z pieca 100g składniki: schab wieprzowy bez kości 67%, jaja kurze 11% składniki: **jaja**, bułka tarta 11% składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, drożdże, olej rzepakowy tłoczony na zimno 11% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia filtrowany na zimno, pieprz czarny mielony. Ziemniaki z koperkiem 100g składniki: ziemniaki 99%, koper ogrodowy 1%. Surówka mizeria 50g składniki: ogórek 88%, śmietana 18% 10% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, szczypiorek 2%, pieprz czarny mielony. Rodzynki 10g składniki: rodzynki 99,5% olej słonecznikowy 0,5%. Kompot z owoców mieszanych 150 ml składniki: woda wodociągowa 81%, mieszanka kompotowa 5 składnikowa z truskawką 18%, (składniki: śliwka b/p czarna i czerwona porzeczką, truskawka 5%, agrest składniki: w różnych proporcjach, cukier 1%.

Podwieczorek: Koktajl: Jogurt naturalny 120g składniki: **mleko** pasteryzowane **mleko** w proszku odtłuszczone, białka **mleka**, kultury bakterii jogurtowych. Jagody 20g składniki: jagoda mrożona. Bagietka 30g składniki: mąka **pszenna** 500, woda, drożdże sól, cukier, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, mąka **sojowa**, mąka słodowa **jęczmienna**, środki do przetwarzania mąki kwas askorbinowy E 300, L –cysteina (E 920), masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 83%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

CZWARTEK: 02. 10. 2025r.

Śniadanie: Zupa mleczna: makaron nitki 15g składniki: semolina mąka z **pszenicy durum**, mąka z **pszenicy** zwyczajnej, pełnoziarnista masa **jajowa** 13% (odpowiednio proporcje 3 jaja na kg mąki), przyprawa kurkuma, mleko 200ml składniki: **mleko** 2% 200ml. Kanapka: chleb pszenno – żytni 35g składniki: (mąka **pszenna**, woda, zakwas **żytni** naturalny, (mąka **żytnia**, woda), drożdże, sól, masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 83%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana, ser biały półtłusty 20g składniki: **mleko** pasteryzowane, kultury bakterii **mlekowych**, papryka czerwona 30g, ogórek zielony 30g, szczypiorek 3g. Herbata owocowa z aronią 150 ml składniki: aronia 60%, hibiskus 30%, dzika róża 5%, jabłko 5%.

II Śniadanie: Jabłko 60g.

Obiad: Zupa jarzynowa 200ml składniki: woda wodociągowa 33%, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 27%, (warzywa 100% w zmiennych proporcjach, marchew, **seler**, pietruszka, por), ziemniaki 17%, wieprzowina karkówka 17%, śmietana 18% 3% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, mąka tortowa typ 450 2% składniki: mąka **pszenna**, koper ogrodowy, pieprz czarny mielony. Klopsiki drobiowe w sosie warzywnym 130g składniki: mięso z piersi kurczaka bez skóry 87%, jaja kurze całe 4% składniki: **jaja**, bułka pszenna 4% składniki: mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cebula 4%, sos składniki: włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 74%, składniki: warzywa 100% w zmiennych proporcjach (marchew, **seler**, pietruszka, por), śmietana 18% 18% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, mąka tortowa typ 450 7% składniki: mąka **pszenna**, papryka czerwona mielona słodka i ostra, pieprz czarny mielony. Kasza kuskus 40g składniki: kasza kuskus 93% składniki: semolina z pszenicy durum, olej rzepakowy tłoczony na zimno 7% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia filtrowany na zimno. Surówka z rzodkiewki 50g składniki: rzodkiewka 83%, szczypiorek 4%, śmietana 18% 8% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, słonecznik nasiona 4% składniki: słonecznik łuskany, lubczyk suszony. Kompot z owoców mieszanych 150 ml składniki: woda wodociągowa 80%, mieszanka kompotowa 5 składnikowa z truskawką 18%, (składniki: śliwka b/p czarna i czerwona porzeczką, truskawka 5%, agrest składniki: w różnych proporcjach, cukier 2%.

Podwieczorek: Deser: kisiel wiśniowy 180 ml składniki: mąka ziemniaczana 10g składniki: skrobia ziemniaczana, malina - 35g, woda 150ml. Kajmaki: Wafle tortowe – 10g skład: mąka **pszenna**, olej roślinny rzepakowy, skrobia ziemniaczana, substancje spulchniające (wodorowęglan amonu, wodorowęglan sodu, sól), powidła śliwkowe – 20g skład: śliwki węgierki, cukier, Sporządzono z 182 g owoców ma 100 g produktu. Herbata owocowa z aronią 150 ml składniki: aronia 60%, hibiskus 30%, dzika róża 5%, jabłko 5%.

PIĄTEK: 03. 10. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno – żytni 35g składniki: mąka **pszenna**, woda, zakwas żytni naturalny, (mąka żytnia, woda), drożdże, sól, masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 82%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana, sałata masłowa 8g, żółty ser 14g składniki: **mleko** pasteryzowane, sól spożywcza, stabilizator: chlorek wapnia, kultury bakterii mlekowych, podpuszczka mikrobiologiczna, ogórek zielony 30g, papryka czerwona 30g. Kawa zbożowa 3g składniki: zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria, mleko 200ml składniki: **mleko** 2% 200ml. Herbata owocowa dzika róża 150 ml składniki: owoc bzu czarnego, kwiat hibiskusa 30%, owoc dzikiej róży 55%, owoc jabłka, liść jeżyny 1%.

II Śniadanie: Banan 60g.

Obiad: Zupa grysikowa 210ml składniki: woda wodociągowa 32%, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 32%, składniki: warzywa 100% w zmiennych proporcjach (marchew, **seler**, pietruszka, por), noga udka z kurczaka 25%, kasza kuskus 10% składniki: semolina z **pszenicy** durum, pietruszka liście, ziele angielskie, lubczyk suszony, liść laurowy, pieprz czarny mielony. Filet z miruny panierowany 100g składniki: filet z **miruny** 68%, jaja kurze 12% składniki: **jaja**, olej rzepakowy tłoczony na zimno 9% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia filtrowany na zimno bułka tarta 11% składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, drożdże, pieprz czarny mielony. Ziemniaki z koperkiem 100g składniki: ziemniaki 99%, koper ogrodowy 1%. Surówka z kiszonej kapusty 50g składniki: kapusta kiszona 57% składniki: kapusta kiszona sól, marchew, marchew 16%, cebula 6%, jabłko 16%, olej rzepakowy rafinowany 4%, cukier, pieprz czarny mielony. Kompot z owoców mieszanych 150ml skład: woda wodociągowa 81%, owoce mrożone truskawka, śliwka b/p czarna porzeczką, truskawka 5%, wiśnia bez pestki, cukier 1%.

Podwieczorek: Deser: makaron mieszany 30g składniki: makaron pełnoziarnisty 15g mąka z pszenicy durum, pełnoziarnista, makaron świderki 15g składniki: mąka makaronowa **pszenna**, jogurt naturalny 50g składniki: **mleko** pasteryzowane **mleko** w proszku odtłuszczone, białka **mleka**, kultury bakterii jogurtowych, truskawki 40g. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

