

Jadłospis BAŚNIOWA

07-10.04.2026

DATA	MENU	
Poniedziałek	Śniadanie	
	Zupa (300ml)	
	II danie	
	Podwieczorek	
Wtorek	Śniadanie	Ser żółty (laktoza, białka mleka (30 g), chleb wieloziarnisty(mąka pszenna, mąka żytnia)(50 g), masło (laktoza, białka mleka)(5 g), ogórek zielony(10 g), herbata malinowa (200 ml) Zdrowa przekąska - jabłko
	Zupa (300ml)	Zupa pomidorowa z ryżem(marchew, pietruszka, por, koncentrat pomidorowy, śmietana 22% (laktoza, białka mleka), mleko , ryż, oliwa z oliwek, zielona pietruszka, sól)
	II danie	Makaron penne z sosem śmietanowo - szpinakowym(makaron penne pszenny , cebula, czosnek, masło , szpinak, mąka pszenna, śmietana 18% słodka, ser Philadelphia, mleko , czosnek, sól)(200 g), woda mineralna(200 ml)
	Podwieczorek	Deser waniliowy z mussem gruszkowym(mleko, masło , mąka ziemniaczana, cukier, wanilia, gruszka)(150 ml) Chleb wieloziarnisty(mąka pszenna, mąka żytnia)(50 g), masło (laktoza, białka mleka)(5 g),dżem owocowy (30 g)
Środa	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku (150 ml), weka(mąka pszenna)(40 g), masło (laktoza, białka mleka)(5 g), dżem truskawkowy(30 g), herbata z cytryną(200 ml) Zdrowa przekąska – marchewka do chrupania
	Zupa (300ml)	Rosół z makaronem nitki(porcja rosółowa z kureczaka, indyk, marchew, pietruszka, por, kapusta włoska, makaron nitki pszenny , zielona pietruszka, sól)
	II danie	Sznycel wołowo-wieprzowy(wołowina b/k, karczek b/k, jajko, bułka tarta pszenna , cebula, czosnek, olej roślinny, sól) (80g), ziemniaki(100 g), surówka z kapusty pekińskiej(kapusta pekińska, marchew, cebula, majonez(jajka), jogurt naturalny , sok z cytryny, sól) (80 g), woda mineralna(200 ml)
	Podwieczorek	Kołacz z serem (mąka pszenna , cukier, woda, jajka, masło , drożdże, twaróg półtłusty , sól) Weka(mąka pszenna)(40 g), masło (laktoza, białka mleka) (5 g), ogórek(20 g)
Czwartek	Śniadanie	Kiełbasa krakowska(30 g), chleb razowy(mąka pszenna, mąka żytnia) (30 g), masło (laktoza, białka mleka)(5 g), ogórek kiszony(20 g), herbata z cytryną(200 ml) Zdrowa przekąska - jabłko
	Zupa (300ml)	Zupa brokułowa z zacierką(marchew, pietruszka, por, brokuł, zacierka(mąka pszenna, jajka), koperek, śmietana 22% (laktoza, białka mleka), mleko , oliwa z oliwek, zielona pietruszka, sól)
	II danie	Risotto z mięsem w sosie pomidorowym(ryż, łopatka b/k, olej roślinny, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana , sól)(200 g), kompot (200 ml)
	Podwieczorek	Jogurt naturalny(mleko , żywe kultury bakterii jogurtowych) z miodem, banan ½ szt. Chleb razowy(mąka pszenna, mąka żytnia) (30 g), masło (laktoza, białka mleka)(5 g), ser żółty(20 g)
Piątek	Śniadanie	Pasta twarogowa ze szczypiorkiem(ser biały półtłusty(laktoza, białka mleka), jogurt naturalny(laktoza, białka mleka), szczypiorek, sól) (30 g), kielki rzodkiewki(5 g), kajzerka(mąka pszenna) 1 szt., masło (laktoza, białka mleka)(5 g), herbata z cytryną(200 ml) Zdrowa przekąska – gruszka
	Zupa (300ml)	Zupa selerowa z ziemniakami(marchew, pietruszka, por, seler, śmietana 22% (laktoza, białka mleka), mleko , ziemniaki, oliwa z oliwek, ziele angielskie, liść laurowy, zielona pietruszka, sól)
	II danie	Bułki na parze (mąka pszenna, jajka , woda, cukier, masło, olej rzepakowy, drożdże, mleko , sól) z polewą jogurtowo- śmietanową z truskawkami(30 g), woda mineralna(200 ml)
	Podwieczorek	Chleb pszenno-żytni(mąka pszenna, mąka żytnia) z masłem (laktoza, białka mleka), paszтетem ogórkiem kiszonym(60 g) Kajzerka(mąka pszenna) 1 szt., masło (laktoza, białka mleka)(5 g), pomidor(20 g)
	uwagi	Planowane owoce mogą ulec zmianie ze względu na zmiany cenowe Wszystkie napoje(herbata, kakao, kawa mleczna, desery) słodzone maksymalnie 4 g/ 200 ml

Smacznego

Catering „Młyńskie Danie”

Opracowała: dietetyk Anna Oczoś

* Tłustą czcionką zostały zaznaczone alergeny zgodnie z Rozporządzeniem UE Nr 1169/2011 z dnia 13 grudnia 2014 r.