

- **PONIEDZIAŁEK 02.02.2026**

Zupa ogórkowa, pieczywo mieszane / Zupa pomidorowa z makaronem,
Placki ziemniaczane z sosem tzatziki / Makaron z szpinakiem i serem
Sok 100 %.

Alergeny:1. 3. 6. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 49g dla makaronu z szpinakiem ,51 g dla placków ziemniaczanych)

- **WTOREK03.02.2026**

Barszcz ukraiński, pieczywo mieszane / Zupa jarzynowa, pieczywo mieszane,
Łazanki, owoc
Kompot.

Alergeny:1.3.7.9.10.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 30g)

- **ŚRODA04.02.2026**

Zupa wiejska, pieczywo mieszane.
Gulasz mięsny z kaszą gryczaną, surówka wielowarzywna
Woda z cytryną.

Alergeny:1.3.7.9.10.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 43 g)

- **CZWARTEK05.02.2026**

Zupa jarzynowa, pieczywo mieszane / Krupnik jęczmienny, pieczywo mieszane
Kotlet z piersi kurczaka w panko, ziemniaki, marchewka z groszkiem,
Lemoniada.

Alergeny:1. 3. 4. 6. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 71 g)

- **PIĄTEK06.02.2026**

Zupa ogórkowa, pieczywo mieszane / Zupa pomidorowa z makaronem.
Ryba panierowana, ziemniaki, surówka z kapusty kiszzonej,
Kompot

Alergeny:1.3.6.7.9.10.11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 67 g)

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1.Zboża zawierające gluten (m.in. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz); 2.Skorupiaki; 3.Jaja; 4.Ryby; 5.Orzeszki ziemne (arachidowe); 6.Soja; 7.Mleko; 8.Orzechy (m.in. migdały, orzechy laskowe); 9.Seler; 10.Gorzyczka; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Łubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka. Jadłospis może ulec zmianie

- **PONIEDZIAŁEK 09.02.2026**

Zupa gulaszowa, pieczywo mieszane,
Makaron z cukinią i serem / Makaron z serem białym i tłuszczem
Sok 100 %.

Alergeny:1.3.6.7.9.10.11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 48 g dla cukinii z serem, 49 g dla białego sera z tłuszczem)

- **WTOREK 10.02.2026**

Krupnik jęczmienny, pieczywo mieszane / Barszcz biały, pieczywo mieszane.
Udko pieczone, ryż, surówka z sałaty lodowej.
Kompot

Alergeny:1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 41 g)

- **ŚRODA 11.02.2026**

Rosół z makaronem,
Potrawka z kurczaka, ryżsurówka wielowarzywna/risotto z kurczakiem i warzywami, ryż
Woda z cytryną

Alergeny:1.3.6.7.9.10.11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 50g dla potrawki, 49 dla risotto)

- **CZWARTEK 12.02.2026**

Zupa kalafiorowa, pieczywo mieszane,
Spagetti po bolońsku z warzywami i serem, **pączek**
Woda z cytryną

Alergeny:1. 3. 4. 6. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 57 g)

- **PIĄTEK 13.02.2026**

Kapuśniak z kiszonej kapusty, chleb mieszany
Nugetsy rybne, ziemniaki, surówka z ogórków kiszonych / placki ziemniaczane z sosem
tzatziki
Kompot

Alergeny:1.3.6.7.9.10.11.

(II danie – węglowodany przyswajalne –51 g dla placków, 68 g dla nugetsów)

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1.Zboża zawierające gluten (m.in. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz); 2.Skorupiaki; 3.Jaja; 4.Ryby; 5.Orzeszki ziemne (arachidowe); 6.Soja; 7.Mleko; 8.Orzechy (m.in. migdały, orzechy laskowe); 9.Seler; 10.Gorzyczka; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Łubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka. Jadłospis może ulec zmianie