



PONIEDZIAŁEK
16.03.2026

ŚNIADANIE

Pieczywo pszenno-żytnie i razowe (dieta – pieczywo bezglutenowe), masło, szynka z indyka, ser żółty, ogórki zielone, kakao lub herbata z cytryną

(1a, 1b, 1e, 7)

II ŚNIADANIE

Koktajl jogurtowo-owocowy, kawior z masłem (dieta – pieczywo bezglutenowe), herbata

(1a, 7)

OBIAD

Krem z batatów z grzankami (dieta – grzanki bezglutenowe), kopytka z wędliną i smażoną cebulką (dieta – kluski śląskie), surówka z kiszonej kapusty z marchewką, jabłkami i natką, woda mineralna

(1a, 3, 9)

PODWIECZOREK

Chipsy jabłkowe, owoce, mleko lub herbata

(7)

WTOREK
17.03.2026

ŚNIADANIE

Pieczywo pszenno-żytnie i razowe (dieta – pieczywo bezglutenowe), masło, polędwica drobiowa, zupa mleczna owsianka, jabłko, herbata z miodem

(1a, 1b, 1d, 1e, 7)

II ŚNIADANIE

Kalarepka, kiwi, mandarynki, kakao lub herbata

(1a, 7)

OBIAD

Zupa jarzynowa z kukurydzą i fasolą na zasmażce, filet z kurczaka duszony w jarzynach, ryż, surówka z pomidorów i ogórków z cebulką, kompot z truskawek i agrestu, woda mineralna

(1a, 7, 9)

PODWIECZOREK

Bułka grahamka z masłem, sałata, ogórki, pomidory (dieta – pieczywo bezglutenowe), herbata

(1a, 7)

ŚRODA
18.03.2026

ŚNIADANIE

Pieczywo pszenno-żytnie i razowe (dieta – pieczywo bezglutenowe), masło, polędwica parzona, twarożek ze szczypiorkiem, rzodkiewki, kawa mleczna lub herbata żurawinowa

(1a, 1b, 1e, 7)

II ŚNIADANIE

Gruszki, melony, mleko lub herbata

(7)

OBIAD

Krem z pomidorów i pieczonej papryki ze słonecznikiem, marynowany filet łososia z pieca, ziemniaki z koperkiem, sałata lodowa z sosem winegre, kompot owocowy, woda mineralna

(1a, 4, 9)

PODWIECZOREK

Kasza manna z jagodami (dieta – budyń z jagodami), herbata owocowa, na wynos jogurt naturalny, mandarynki

(1a, 7)

CZWARTEK
19.03.2026

ŚNIADANIE

Pieczywo pszenno-żytnie i razowe (dieta – pieczywo bezglutenowe), masło, szynka gotowana, pasztet drobiowy, ogórki kiszzone, kakao lub herbata

(1a, 1b, 1e, 7)

II ŚNIADANIE

Skyr naturalny z miodem, mandarynki, herbata

(7)

OBIAD

Zupa dyniowa z drobnym makaronem (dieta – makaron bezglutenowy), gulasz wieprzowy, ziemniaki z koperkiem, surówka wielowarzywna z sałata, awokado i pomidorami, kompot z porzeczek, woda mineralna

(1a, 3, 9)

PODWIECZOREK

Banany, mleko lub herbata

(7)

PIĄTEK
20.03.2026

ŚNIADANIE

Pieczywo pszenno-żytnie i razowe (dieta – pieczywo bezglutenowe), masło, jajecznica ze szczypiorkiem, pomidory, kakao lub herbata z rumianku

(1a, 1b, 1e, 3, 4, 7)

II ŚNIADANIE

Pieczywo chrupkie z masłem i warzywami (pomidory, ogórki zielone, papryka, sałata), kakao lub herbata

(1a, 1b, 1d, 7)

OBIAD

Zupa z czerwonej soczewicy z ziemniakami, makaron spaghetti z sosem pomidorowym (dieta – makaron bezglutenowy), surówka z białej kapusty (coleslaw), kompot porzeczkowy, woda mineralna

(1a, 3, 7, 9)

PODWIECZOREK

Muffinki, jabłka, herbata z cytryną

(1a, 3, 7)

LEGENDA ALERGENY

1. Produkt zawiera gluten:
a-pszenny, b-żytni, c-ciecierzynny, d-owsiany, e-orkiszowy,
2. Produkt zawiera skorupki
3. Produkt zawiera jaja

4. Produkt zawiera ryby
5. Produkt zawiera orzechy ziemne arachidowe
6. Produkt zawiera soję
7. Produkt zawiera mleko

8. Produkt zawiera orzechy z drzew:
a-migdały, b-laskowe, c-włoskie, d-nerkowca, e- pekan,
f-brzozylijskie, g-pistacjowe, h-macadamia, i-queenland
9. Produkt zawiera seler
10. Produkt zawiera gorczyce

11. Produkt zawiera nasiona sezamu
12. Produkt zawiera dwutlenek siarki
13. Produkt zawiera łubin
14. Produkt zawiera mięczaki

Intendent:
Jolanta Kowalewska