



JADŁOSPIS

od 19 - 23 październik 2026 r.

Na podstawie Rozporządzenia Ministra Zdrowia z 16 lutego 2026 r. (Dz.U. 2026 poz. 197)

Dzień tygodnia	GORĄCY POSIŁEK
PONIEDZIAŁEK 19.10.2026 r.	Bigos z warzywami i chlebem graham / słonecznikowym. Herbata z cytryną. Składniki: <u>bigos</u> – kapusta kiszona, marchew, ziemniaki, cebula, kielbasa śląska - mięso wieprzowe (83%), woda, sól, przyprawy (zawierają gorczyca*), błonnik grochowy; glutkoza, wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy; stabilizator: trifosforany; substancja zagęszczająca: karagen; przeciwutleniacz: askorbinian sodu; białko wieprzowe, ekstrakty przypraw, substancja konserwująca: azotyn sodu; osłonka jadalna: jelito wieprzowe. Produkt może zawierać: zboża zawierające gluten*- pszenicę*, owies*, soję*, mleko*, jaja*, seler*, boczek wędzony* ; koncentrat pomidorowy, pomidory konserwowe, śliwki suszone, papryka słodka, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, kminek, sól; <u>chleb graham</u> : maka pszenna graham*(zawiera gluten), mąkę żytnią*, woda, drożdże, sól oraz chleb słonecznikowy: mąka pszenna*(zawiera gluten), mąkę żytnią*, mieszankę ziaren: słonecznik*, siemię lniane*, owsiane*, grys sojowy*, śladowe ilości gorczycy*, drożdże, woda, sól, kawa zbożowa. Jogurt naturalny 100g.
WTOREK 20.10.2026 r.	Kotlet warzywny, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej. Herbata z cytryną. Składniki: papryka czerwona, pieczarki* , cebula, natka pietruszki, filet drobiowy, maka ziemniaczana*, jajka* , papryka słodka, zioła prowansalskie, papryka ostra, czosnek, pieprz, sól, olej rzepakowy- 100% rafinowany olej rzepakowy z pierwszego tłoczenia, filtrowany na zimno w tym: tłuszcz w 100g – kwasy nasycone 7.5g, jednonienasycone 65.5g, wielonasycone 26.5g, kwasy omega 3 8.0g); <u>ziemniaki</u> z dodatkiem masła* , <u>surówka</u> : kapusta pekińska, marchew, cebula, olej j/w., sól, pieprz.
ŚRODA 21.10.2026 r.	Kotlet schabowy, ziemniaki, surówka z marchewki i selera. Herbata z cytryną. Składniki: kotlet schabowy- schab (mięso wieprzowe b/k) jajka*, mąka pszenna*- zawiera gluten , pieprz, sól, zioła prowansalskie, papryka słodka, bułka tarta pszenna*- zawiera gluten , czosnek, gałka muszkatołowa, olej rzepakowy - 100% rafinowany olej rzepakowy z pierwszego tłoczenia, filtrowany na zimno w tym: tłuszcz w 100g – kwasy nasycone 7.5g, jednonienasycone 65.5g, wielonasycone 26.5g, kwasy omega 3 8.0g); ziemniaki z dodatkiem masła* ; <u>surówka</u> : marchew, seler*, majonez*, jogurt naturalny typu greckiego* , sól, pieprz.
CZWARTEK 22.10.2026 r.	Makaron pene z warzywami i ciecierzycą, posypyany prażonym słonecznikiem i natką pietruszki. Herbata z cytryną. Składniki: ciecierzyca*, pieczarki*, seler* , marchew, czosnek, papryka, cebula, pomidory konserwowe, pomidory suszone, sól, pieprz, <u>makaron pene pełnoziarnisty: mąka pełnoziarnista orkiszowa - zawiera gluten*72%, semolina z pszenicy durum*</u> , produkt może zawierać: soję*, gorczycę*, jaja*, masło* , sól, natka pietruszki, słonecznik łuskany prażony.
PIĄTEK 23.10.2026 r.	Filet z mintaja z warzywami i ziemniakami. Herbata z cytryną. Składniki: filet z mintaja (58%), panier sypki – maka pszenna* - zawiera gluten, bułka tarta pszenna* - zawiera gluten, jajka* , pieprz, sól, cebula, zioła prowansalskie, papryka słodka, olej kujawski - olej kujawski - 100% rafinowany olej rzepakowy z pierwszego tłoczenia, filtrowany na zimno w tym: tłuszcz w 100g – kwasy nasycone 7.5g, jednonienasycone 65.5g, wielonasycone 26.5g, kwasy omega 3 8.0g); <u>ziemniaki</u> z dodatkiem masła* , <u>mieszanka warzyw</u> : brokuły, ziemniaki podsmażane (ziemniaki, olej słonecznikowy), marchew, papryka, fasola szparagowa, cebula, kukurydza - produkt może zawierać: seler*, gorczycę*, mleko*, jaja*, mąkę pszenną*, kaszę jęczmienną, soję* .

Sporządziła: Renata Potoczna-Smaroń

Szef kuchni zatwierdził: Renata Mocha

* Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zaznaczono pogrubionym drukiem

** Do przygotowania posiłków używane są przyprawy i zioła, w których zgodnie z informacją od producentów mogą znajdować się śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczycy.