

Terminarz posiłków

-sporządzony wg Norm żywieniowych dla populacji Polski – 2024 r. i Rozporządzenia Ministra Zdrowia z 16 lutego 2026r.

data: 07.09.2026 - 11.09.2026

Dzień tygodnia		Śniadanie I		Alergeny	Śniadanie II		Alergeny	Obiad		Alergeny	Kolacja		Alergeny
PONIEDZIAŁEK 07.09.2025	Serek wiejski			7	Bulka sezamowa		1a,11	Zupa: wywar warzywny			Ser biały w plasterkach		7
	Ogórek z., szczypiorek pieczywo pszenno-żytnie			1a,1b,1d	masło Szynka herbowa		7	Krupnik z kaszy jęczmiennej na wywarze warzywnym		1c,7,9	pomidor, papryka żółta, ogórek z. Sos czosnkowo-jogurtowy		7
	masło			7	pieczywo ciemne wielozłaziste			Drugie danie: I danie mięsne Leczo z ziemniakami z kurczakiem, cukinia, papryka mix, cebula, czosnek		9	pieczywo żytnio-pszenne masło		1a,1b 7
	herbata zwykła (5g cukru na 250ml)				śliwka			ryż brązowy gruska			herbata malinowa (5g cukru na 250ml)		
	woda mineralna							Woda z plasterkiem pomarańczy					
WTOREK 08.09.2026	Zupa mleczna: Ryż na mleku 2%			7	Bulka ziarnista		1a,1b,1c,6	Zupa: wywar warzywny			Pancake		1a,3,7
	Szynka nie ze wsi				masło		7	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze warzywnym		7,9	mus owocowo-jogurtowy, płatki migdałów		7,8
	ogórek kw., sałata masłowa, papryka żółta				ser żółty		7	Drugie danie: z dodatkami mięsnym			pieczywo mieszane słonecznikowe		1a,1b
	pieczywo ciemne wielozłaziste			1a,1b,6	pieczywo ciemne wielozłaziste			Makaron łazanki z kapustą białą, pieczarkami i dodatkami			masło		7
	masło			7	gruska			banan		1a,9	herbata z melisy bez cukru		
ŚRODA 09.09.2026	herbata zwykła z cytryną (5g cukru na 250ml)							kompot wieloowocowy (5g cukru na 250ml)			marchewka słupki		
	woda mineralna												
	Pasta z twarogu z rzodkiewką i szczypiorkiem			7	Chlebek z masłem		1a,7	Zupa: wywar mięsny			Makaron z kurczakiem i szpinakiem		1a,7,9
	pieczywo ciemne wielozłaziste			1a,1b	nektarynka			Pieczarkowa z ryżem brązowym na wywarze mięsnym		7,9	pieczywo ciemno-żytnie		1a,1b,1d
	masło			7				Drugie danie: II mięso, smażone Kotlet schabowy		1a,3	herbata owocowa z miodem (5g cukru na 250ml)		7
CZWARTEK 10.09.2026	skyr, płatki owsiane, truskawki mrożone, banan			1d,7				ziemniaki z koperkiem		7			
	herbata zwykła bez cukru							marchewka z groszkiem na ciepło		7			
								kompot wieloowocowy (5g cukru na 250ml)					
	Szynka z fileta z indyka				Bulka grahanka		1a	Zupa: wywar warzywny, roślina strączkowa, bez produktów odzwierzęcych			Salatka brokułowa: brokuł, kalafior, cebula, pomidor, ogórek z., jogurt, słonecznik, pestki dyni, ser feta		1a,7
	ogórek z., szczypiorek, sałata masłowa				masło		7	Grochowa z ziemniakami na wywarze warzywnym		1a,9	masło		7
PIĄTEK 11.09.2026	pieczywo ciemne wielozłaziste			1a,1b,6	pasta twarogowa z papryką		7	Drugie danie: strączki, ryba			pieczywo słonecznikowe		1a,1b
	masło			7	czarna			Filet z młodych duszony z papryką mix i pomidorami		4	pieczywo ciemno-żytnie		1a,1b,1d
	herbata owocowa (5g cukru na 250ml)				sałata, pomidor koktajlowy			kasza jęczmienna perłowa		1c	herbata z rumianku bez cukru		
	kawa inka na mleku bez cukru			1b,1c,7				surówka z kapusty pekińskiej: kapusta pekińska, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, natka pietruszki, ciemny kompot wieloowocowy (5g cukru na 250ml)					
	Omlet z warzywami: jajko, mleko 2%, masło, pieczarka, cebula, papryka czerwona, papryka zielona			3,7	Bulka ziarnista		1a,1b,1c,6	Zupa: wywar mięsny					