# JADŁOSPIS: 26.10-30.10.2026 r.

**PONIEDZIAŁEK:**

**ŚNIADANIE: Chleb pełnoziarnisty i biały, masło, parówka 90% mięsa, ser biały, papryka czerwona, ogórki kiszone, herbata z cytryną, kawa zbożowa na mleku. (1,7,3)**

**OBIAD: Zupa kalafiorowa z ryżem na wywarze warzywnym. Prażone ziemniaki z kapustą białą i cebulą, kompot z owoców oraz mus warzywno-owocowy. (1,7,3,9)**

**PODWIECZOREK: Kanapki pełnoziarniste z masłem serem żółtym, woda.**

**WTOREK :**

**ŚNIADANIE; Pieczywo pełnoziarniste, masło, wędlina, ser żółty, papryka czerwona, ogórki zielone, herbata z cytryną, kakao. (1,7,3)**

**OBIAD;. Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno -warzywnym. Filet z kurczaka z ryżem parabolicznym, surówka z sałaty lodowej z ogórkiem zielonym i dipem jogurtowym oraz kompot z owoców. (1,7,3,9)**

**PODWIECZOREK: Jabłko, wafle pełnoziarniste.**

**ŚRODA:**

**ŚNIADANIE: Pieczywo pełnoziarniste, masło , ser żółty, pasta rybna z serkiem białym , pomidory, sałata lodowa, herbata, kawa zbożowa z mlekiem. (1,7,3,4)**

**OBIAD: Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym. Makaron z sosem aksamitnym śmietanowo rybnym oraz herbata z cytryną. (1,7,4,3,9)**

**PODWIECZOREK: Kanapki pełnoziarniste, masło, ser żółty, rzodkiewki, orzech .**
**Jogurt z owocami (1,7,8)**

**CZWARTEK:**

**ŚNIADANIE: Pieczywo mieszane, masło, ser żółty, (grzanki z serem), ogórki zielone, rzodkiewki, herbata, kakao. (1,7,3)**

**OBIAD: Rosół z makaronem, gołąbki mięsno-warzywne w sosie pomidorowym oraz woda z cytryną. (1,7,3,9)**

**PODWIECZOREK: Kanapki pełnoziarniste z serem białym, szczypiorkiem. (1,7)**

**PIĄTEK:**

**ŚNIADANIE: Pieczywo mieszane, masło, jajko, pasta z sera białego ze szczypiorkiem, papryka czerwona, herbata . (1,7,3)**

**OBIAD: Zupa grochowa na wywarze warzywnym. Racuchy z musem truskawkowym oraz herbata z żurawiną. (1,7,3,9)**

**PODWIECZOREK: Wafle wieloziarniste, serek z owocami(1,7,3)**