

03.08.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Chleb żytni jasny

Masło ekstra (z mleka)

Serek śmietankowy (z mleka)

Szynka konserwowa 100% „Dolina Dobra"

Składniki: szynka wieprzowa, gotowana, woda, sól biała, czosnek suszony

Ogórek kiszony

Mleko krowie, 1,5 % tłuszczu

Obiad

Zupa ziemniaczana

Składniki: woda, ziemniaki, kielbasa śląska, marchew, pietruszka, korzeń, śmietana 12% (z mleka), seler korzeniowy, kurczak, tuszka, natka pietruszki, por, ziele angielskie, sól biała, pieprz, liść laurowy

Spaghetti bolognese

Składniki: makaron pszenny bezjajeczny, wieprzowina szynka surowa, marchew, passata pomidorowa, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, cebula

Podwieczorek

Banan

Mleko krowie, 3,2% tłuszczu

Śniadanie II

Jabłko

04.08.2026

Wtorek

Śniadanie

Chleb pszenny graham

Masło ekstra (z mleka)

Polędwica sopocka „Kraina Wędlin"

Składniki: mięso mielone wieprzowe z szynki, sól biała, czosnek suszony, pieprz

Twarożek ze szczypiorkiem

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z mleka), śmietana 18% (z mleka), szczypiorek

Papryka czerwona

Herbata owocowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata owocowa

Obiad

Zupa pieczarkowa z ziemniakami

Składniki: woda, pieczarki świeże, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, porcja rosółowa, śmietana 18% (z mleka), por, seler korzeniowy, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Gulasz wieprzowy w sosie własnym

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, woda, olej rzepakowy, cebula, mąka pszenna, typ 450

Kasza gryczana

Ogórek kiszony

Podwieczorek

Chia z jogurtem naturalnym i pulpą mango

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), mango, chia, nasiona (szałwia hiszpańska)

Śniadanie II

Gruszka

05.08.2026

Środa

Śniadanie

Chleb pszenno-żytni

Masło ekstra (z mleka)

Szynka swojska „Sokołów"

Składniki: schab wędzony, sól biała, czosnek suszony

Ser gouda tłusty (z mleka)

Pomidor

Bawarka

Składniki: woda, mleko krowie, 2% tłuszczu, herbata czarna

Obiad

Zupa koperkowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, śmietana 18% (z mleka), pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ryż z twarogiem i brzoskwiniami z jogurtem

Składniki: ryż biały, brzoskwinia, jogurt grecki (z mleka), ser twarogowy półtłusty (z mleka), mleko krowie, 3,2% tłuszczu, woda, olej rzepakowy

Podwieczorek

Chleb pszenny

Masło ekstra (z mleka)

Rzodkiewka

Kielbasa żywiecka „Krakus"

Składniki: mięso mielone wieprzowe z szynki, sól biała, czosnek suszony, pieprz

Śniadanie II

Kalarepa

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

06.08.2026

Czwartek

Śniadanie

Chleb żytni razowy

Masło ekstra (z mleka)

Szynka z indyka 100% „Dolina Dobra"

Składniki: mięso z piersi indyka, bez skóry, sól biała, czosnek, majeranek

Płatki jaglane na mleku

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki jaglane

Ogórek

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Obiad

Zupa marchwianka z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, udo z kurczaka, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Filet z kurczaka panierowany

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułka tarta (pszenica), olej rzepakowy, jaja kurze całe, sól biała, pieprz

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Fasolka szparagowa z wody

Składniki: fasolka szparagowa, mrożona

Podwieczorek

Kisiel z tartym jabłkiem i jogurtem

Składniki: woda, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), jabłko, kisiel w proszku

Śniadanie II

Arbuz

07.08.2026

Piątek

Śniadanie

Chleb pszenno-żytni

Masło ekstra (z mleka)

Pasta jajeczna ze szczypiorkiem

Składniki: jaja kurze całe, majonez (jaja, gorczyca), szczypiorek

Rzodkiewka

Kakao

Składniki: mleko krowie, 3,2% tłuszczu, kakao 16%, proszek

Szynka konserwowa 100% „Dolina Dobra"

Składniki: szynka wieprzowa, gotowana, woda, sól biała, czosnek suszony

Obiad

Zupa owocowa z makaronem

Składniki: woda, makaron pszenny bezjajeczny, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, jagody mrożone, cukier

Filet rybny panierowany

Składniki: dorsz świeży (ryba), bułka tarta (pszenica), olej rzepakowy, jaja kurze całe

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z kapusty kiszonej

Składniki: kapusta kiszona, cebula, olej rzepakowy, sól biała, pieprz

Podwieczorek

Jogurt z owocami

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), owoc

Śniadanie II

Marchew

Piastowska