

Alergeny zostały wyróżnione na jałdłospisie poprzez <u>podkreślenie</u> .					Wieranda SMAKÓW	
02.02.2026 Poniedziałek I Śniadanie Chleb pszenno- żytni 60g Składniki: mąka pszenna woda suszony zakwas żytni, płatki ziemniaczane, sól jęczmienny Oliwa 5g Plastry sera wegańskiego 20g Składniki: olej kokosowy, woda, skrobia modyfikowana, skrobia, sól morska, glukoza, fosforan wapniowy, aromat goudy, ekstrakt z oliwek, regulator kwasowości, betakaroten, wit. B2 i B12 Szczypiorek 5g Jabłko 1/2szt Kawa zbożowa na mleku owsianym bezglutenowym 150ml Składniki: mleko owsiane bezglutenowe zboża (jęczmień, żyto) cykorია						
03.02.2026 Wtorek DZIEŃ CIASTA MARCHEWKOWEGO I Śniadanie Jaglanka z bananami na mleku owsianym bezglutenowym 150ml Składniki: mleko owsiane bezglutenowe kasza jaglana banany Chleb żytni z pomidorami 30g Składniki: mąka żytnia typ 720, woda, zakwas żytni (mąka żytnia, woda) mąka żytnia, razowa, suszona marchew, mąka pszenna, ekstrakt siodu jęczmiennego, otręby żytnie, sól, drożdże, środek do przetwarzania mąki : kwas askorbinowy. Oliwa 5g Hummus z czarnuszką 30g Składniki: ciecierzycy pasta tahini(sezam) czosnek oliwa z oliwek cytryna (sok) Słupki kalarepy 20g Herbata Leśna 150ml Składniki: owoc dzikiej róży (28%), kwiat hibiskusa (25,2%), owoce: bzu czarnego, jarzębiny (8%), borówki czernicy (5%), aronii, maliny (4,5%); jabłko, aromaty naturalne, liść jeżyny (2%)						
04.02.2026 Środa I Śniadanie Chleb żytni ze słonecznikiem 60g Składniki: mąka żytnia woda naturalny zakwas chlebowy (mąka żytnia, woda) sól drożdże sól jęczmienny nasiona słonecznika Oliwa 5g Plastry szynki wieprzowej 20g Składniki: Mięso wieprzowe, sól, stabilizatory: difosforany, syrop glukozowy, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy, aromaty, substancja konserwująca: azotyn sodu Słupki marchewki 20g Kiwi 1/2szt Herbata żurawina150ml Składniki: kwiat hibiskusa, owoc żurawiny (30%), owoc dzikiej róży, aromaty naturalne oraz owoc maliny						
05.02.2026 Czwartek I Śniadanie Chleb wieloziarnisty 60g Składniki: mąka pszenna mąka żytnia suchy zakwas z pszenicy durum (mąka z pszenicy durum woda) sól woda nasiona słonecznika siemię lniane pestki dyni Oliwa 5g Pasta z cukinii i słonecznika 30g Składniki: cukinia nasiona słonecznika oliwa z oliwek oregano Pomidor 20g Herbata Śliwka z cynamonem 150ml Składniki: Kwiat hibiskusa, owoc aronii, owoc śliwki (14,5%), naturalne aromaty, jabłko, owoc pigwy, kora cynamonu (4%), liść jeżyny słodkiej, goździki						
06.02.2026Piątek DZIEŃ KUCHNI UKRAIŃSKIEJ I Śniadanie Płatki kukurydziane na mleku 150ml Składniki: mleko owsiane bezglutenowe płatki kukurydziane (kasza kukurydziana 94% cukier sól) Chleb graham 30g Składniki: mąka pszenna 750 mąka pszenna graham 1850,drożdże,sól Oliwa 5g Plastry sera wegańskiego 20g Składniki: olej kokosowy, woda, skrobia modyfikowana, skrobia, sól morska, glukoza, fosforan wapniowy, aromat goudy, ekstrakt z oliwek, regulator kwasowości, betakaroten, wit. B2 i B12 Ogórek zielony 20g Herbata Malina z pigwą 150ml Składniki: Owoc maliny (50,4%), kwiat hibiskusa, owoc pigwy (10%), aromaty naturalne, liść jeżyny						
Zupa Zupa jarzynowa w stylu śródziemnomorskim 250ml Składniki: woda, kuchnia ziemniak papryka żółta papryka czerwona papryka zielona pomidor marchew olej rzepakowy stymianek oregano bazylia						
Obiad Makaron spaghetti pełnoziarnisty 150g Składniki: mąka z pszenicy durum, mąka pszenna pełnoziarnista Sos a'la carbonara 120g Składniki: szynka wieprzowa(mięso wieprzowe, sól, stabilizatory: difosforany, syrop glukozowy, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy, aromaty, substancja konserwująca: azotyn sodu),śmietanka wegańska (roztwór białka soczewicy (woda, 1% białko soczewicy) olej rzepakowy modyfikowana skrobia kukurydziana, emulgatory(lecytyny słonecznikowe), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny)), majeranek, bazylia, oregano Groszek gotowany na parze 60g Składniki: groszek zielony olej rzepakowy Woda z pomarańczą 150ml Składniki: woda pomarańcza Podwieczorek Domowa nutella daktylowa 30g Składniki: kakao banany daktyle Chlebek chrupki 10g Składniki: 60,1% mąka żytnia, mąka pszenna, woda, 2,6% błonnik pszenny, ekstrakt słodowy jęczmienny, 2%, inulina						
Zupa Krem z marchwi z kardamonem 250ml Składniki: woda ziemniaki marchew pietruszka korzeń por cebula mleczko kokosowe (ekstrakt z kokosa, woda) korzeń imbir kardamon oregano Grzanki z chleba graham 10g Składniki: chleb graham (mąka pszenna 750 mąka pszenna graham 1850,drożdże,sól)						
Obiad Leczo węgierskie z ciecierzycą i warzywami 120g Składniki: passata pomidorowa (pomidory, sól, regulator kwasowości) ciecierzycy sucha marchew papryka żółta papryka czerwona papryka zielona cebula czosnek papryka kuchnia słodka olej rzepakowy woda Kasza jęczmienna 100g Kompot gruszkowo-jabłkowy z cynamonem 150ml Składniki: woda jabłka gruszki cynamon						
Zupa Żurek z ziemniakami 250ml Składniki: woda, ziemniaki, marchew pietruszka korzeń zakwas gryczany (woda mąka,gryczana 10% naturalna sól kamienna kłódawska śmietanka wegańska (roztwór białka soczewicy (woda, 1% białko soczewicy) olej rzepakowy modyfikowana skrobia kukurydziana, emulgatory(lecytyny słonecznikowe), aromat naturalny, sól, barwnik karoteny) majeranek, sól pieprz						
Obiad Domowe kopytka 170g Składniki: mąka ziemniaczana j ziemniaki woda sól olej rzepakowy Sos waniliowo-truskawkowy 80g Składniki: jogurt wegański (mleczko kokosowe 95,8%, skrobia, białko bobu, wegańskie kultury bakterii jogurtowych) truskawki cukier z wanilią Surówka z tartej marchewki z rodzynkami 60g Składniki: marchew rodzyнки olej rzepakowy Woda z melisą i cytryną 150ml S0kładniki: woda melisa cytryna						
Obiad Pulpety z łososia z sosem cytrynowym 60g/50ml Składniki: filet z łososia (ryby) mąka pszenna koperek śmietanka wegańska (roztwór białka soczewicy (woda, 1% białko soczewicy) olej rzepakowy modyfikowana skrobia kukurydziana, emulgatory(lecytyny słonecznikowe), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny),) cytryny Ryż 100g Warzywa gotowane na parze 60g Składniki: brokuł kalafior marchew olej rzepakowy Kompot jabłkowo-porzeczkowy 150ml Składniki: woda jabłka czerwona porzeczka						
Podwieczorek Budyń waniliowy z musem truskawkowym 150ml Składniki: mleko owsiane bezglutenowe śmietanka wegańska (roztwór białka soczewicy (woda, 1% białko soczewicy) olej rzepakowy modyfikowana skrobia kukurydziana, emulgatory(lecytyny słonecznikowe), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny)) , cukier wanilinowy truskawki Pomarańcza 1/2szt						
Podwieczorek Surówka z ziemniakami 250ml Składniki: Woda, ziemniaki buraki pomidory, zakwas z buraka (burak czosnek woda sól), fasolka biała kapusta biała pietruszka korzeń olej rzepakowy lubczyk majeranek						
Obiad Comberki z kurczaka pieczone 60g Składniki: uda trybowane z kurczaka olej rzepakowy sól pieprz słodka papryka Ziemniaki gotowane 150g Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem 60g Składniki: czerwona kapusta jabłko olej rzepakowy Kompot gruszkowo-cynamonowy 150ml Składniki: woda gruszki cynamon						
Podwieczorek Cytrynowe muffiny 1szt Składniki: mąka pszenna mleko owsiane bezglutenowe babka jajowata cytryny olej rzepakowy proszek do pieczenia (substancja spulchniająca: wodorowęglan sodu, difosforan disodowy, mąka pszenna)						

