



Jadłospis bez laktozy PSP3

04.05.2026 Poniedziałek

Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, kapusta kiszona (skład: kapusta biała, marchew, sól substancja konserwująca – sorbinian potasu (E202) , marchew, kiełbasa z szynki wieprzowej (skład: mięso wieprzowe z szynki, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, ocet, czosnek, substancja konserwująca: azotan sodu), pietruszka korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Ryż z musem truskawkowym

Składniki: truskawki, napój kokosowy, ryż biały, cukier

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

05.05.2026 Wtorek

Zupa brukselkowa

Składniki: woda, brukselka, marchew, pietruszka korzeń, **seler** korzeniowy, por, koperek, czosnek, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Pulpety w sosie

Składniki: karkówka bez kości, bułki **pszenne** zwykłe (skład: **mąka pszenna** typ 500, woda, olej rzepakowy, cukier, drożdże, sól, **mąka żytnia**), cebula, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, czosnek, sól biała

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Ogórek kiszony

Składniki: ogórek kiszony (skład: ogórki, woda, sól, przyprawy oraz substancja konserwująca E202 (sorbinian potasu)),

Sok jabłkowy z wodą

Składniki: sok jabłkowy 100% (sok jabłkowy z zagęszczonego soku jabłkowego 100%, witamina C, woda

06.05.2026 Środa

Zupa koperkowa z ziemniakami

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

Nuggetsy z kurczaka w płatkach kukurydzianych

Składniki: filet z piersi kurczaka, płatki kukurydziane (skład: mąka kukurydziana, ekstrakt słodowy jęczmienny, cukier, sól, barwniki: karoteny, karmel), bułka tarta (skład: mąka **pszenna**, woda, sól, drożdże), **jaja** kurze całe, papryka słodka, kurkuma, oregano, czosnek, sól

Kasza kuskus

Składniki: woda, kasza kuskus (**pszenica**), sól biała

Surówka z marchewki jabłka i ananasa

Składniki: marchewka, jabłko, ananas puszkowy, cytryna

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier

07.05.2026 Czwartek

Zupa ogórkowa z ziemniakami

Składniki: ziemniaki, ogórek kiszony (skład: ogórki, woda, sól, przyprawy oraz substancja konserwująca E202 (sorbinian potasu)), marchew, szponder wołowy, pietruszka korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Spaghetti Bolognese

Składniki: makaron z mąki semoliny z **pszenicy** durum 100% może zawierać **jaja** i **gorczyce**, polędwiczka wieprzowa, pomidory w puszcze krojone (skład: pomidory, sok z pomidorów, sól, regulator kwasowości - kwas cytrynowy), koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy, cebula, majeranek, pieprz, bazyliia suszona, oregano suszone

Sok multiwitamina z wodą

Składniki: woda, soki z zagęszczonych soków z jabłek (60%), pomarańczy (22%), marchwi (12%), przecier z bananów (3%), brzoskwiń, gujawy i papai, soki z zagęszczonych soków z ananasów (2%), mango (0,5%), marakui, liczi (0,05%), figi kaktusowej, kiwi i limonek, witaminy: A, C, E, B6, B12, tiamina, ryboflawina, niacyna, biotyna, kwas foliowy i kwas pantotenowy

Owoc

08.05.2026 Piątek

Krem z białych warzyw z grzankami

Składniki: woda, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka korzeń, **seler** korzeniowy, chleb **pszenno-żytni**, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, gałka muskatołowa, tymianek

Filet z miruny w panierce

Składniki: filet z **miruny** mrożonej, **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, sól biała, pieprz

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z białej kapusty Colesław

Składniki: kapusta biała, marchew, majonez (skład: olej rzepakowy rafinowany, **żółtka jaj**, musztarda, (woda, ocet spirytusowy, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), kukurydza (składniki: ziarno kukurydzy, woda, sól) koperek

Kompot truskawkowy

Składniki: woda, truskawka mrożona, cukier



Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności.

Produkty zawarte w potrawach mogą zawierać soję oraz orzechy.

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez pogrubienie i podkreślenie.

Napoje przygotowane na miejscu zawierają nie więcej niż 10g cukru w 250 ml produktu gotowego do spożycia.

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Smacznego