



Jadłospis bez laktozy PSP3

30.03.2026 Poniedziałek

Zupa kalafiorowa

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

Indyk w sosie

Składniki: mięso z piersi indyka, marchewka, **seler** korzeniowy, pietruszka korzeń, koperek, olej rzepakowy, cebula, mąka **pszenna**, typ 450

Kasza jęczmienna

Składniki: woda, kasza **jęczmienna**, wiejska, sól biała

Warzywa na parze

Składniki: brokuł, kalafior, marchewka, zioła prowansalskie, sól

Sok jabłkowy z wodą

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

31.03.2026 Wtorek

Barszcz biały z ziemniakami i kielbaską

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kielbasa z szynki wieprzowej (skład: mięso wieprzowe z szynki, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, ocet, czosnek, substancja konserwująca: azotan sodu), zakwas na żurek (skład: woda, mąka **żytnia**, mąka **pszenna**, sól, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy), pietruszka korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Paluszki rybne pieczone

Składniki: paluszki rybne mrożone (skład: filety z mintaja 65%, panierka sypka 15% (mąka PSZENNA, drożdże, sól, papryka mielona, kurkuma), woda, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, sól)

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Ogórek ze szczypiorkiem

Składniki: ogórek, szczypiorek, sól

Kompot truskawkowy

Składniki: woda, truskawki mrożone, cukier





01.04.2026 Środa

Krupnik z kaszą pęczak

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kasza pęczak, kurczak tuszka, 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, bazylia suszona, oregano suszone

Nektar bananowy z wodą

Składniki: woda, przecier bananowy (25%), cukier, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, substancja słodząca: sukraloza naturalny aromat bananowy, witamina C



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 jadalospisie 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 jadalospisie.

Smacznego