# jadłospis

**13.07 – 17.07.2026**

catering Kogucik

## poniedziałek

**Śniadanie**
Indyk gotowany | Pasta z czerwonych warzyw | Pieczywo mieszane (bułka paryska, chleb z dyni) | Masło | Dodatek warzywny (pomidor) | Herbata z cytryną
Alergeny:1,3,6,7,9,10,11
Diety: Pieczywo bezglutenowe / wędlina bezglutenowa / w. sojowa

**Obiad**
Zupa z letnich warzyw| Sos boloński z makaronem | Kompot z rabarbaru i jabłka
Alergeny – 1,3,5,6,7,9,10, 11
Diety – Zupa bez laktozy / sos bezglutenowy / sos warzywny / makaron bezglutenowy, bez jajka

**Podwieczorek**
Smoothie owocowe | Wafelek ryżowy

## wtorek

**Śniadanie**
Twarożek śniadaniowy | Dżem brzoskwiniowy | Pieczywo mieszane (bułka paryska, chleb wieloziarnisty) | Masło | Dodatek warzywny (rzodkiewka) | Kakao na mleku
Alergeny:1,3,6,7,9,10,11
Diety: Pieczywo bezglutenowe / twarożek bez laktozy / kakao na mleku bez laktozy

**Obiad**
Zupa marchewkowa z kaszą | Pieczone udko z kurczaka | Młode ziemniaczki z masełkiem | Ogórek kiszony | Kompot owocowy / Alergeny – 1,3,6,7,9,10,11
Diety – Zupa bez laktozy z kaszą bezglutenową / ziemniaczki z wody

**Podwieczorek**
Mix owoców – pomarańcza, jabłuszko

## środa

**Śniadanie**
Ser żółty | Szyneczka krucha | Pieczywo mieszane (bułka paryska, chleb razowy) | Masło | Dodatek warzywny (papryka) | Herbata malinowa
Alergeny:1,3,6,7,9,10,11
Diety: Pieczywo bezglutenowe / wędlina bezglutenowa / w. sojowa / ser bez laktozy

**Obiad**
Zupa krem z gruszki i pietruszki z grzankami | Ryż z jabłuszkiem i jogurtem | Kompot z agrestu
Alergeny – 1,3,6,7,9,10,11
Diety – Zupa bezglutenowa / jogurt bez laktozy

**Podwieczorek**
Kanapka z pastą z jajka i awokado| Pomidor / Alergeny – 1,3,7
Diety – Pieczywo bezglutenowe / pasta bez jajka, bez laktozy

## czwartek

**Śniadanie**
Kasza jaglana na mleku z gruszką | Schab pieczony| Pieczywo – bułka grahamka | Masło | Dodatek warzywny (ogórek) | Herbata z miodem / Alergeny:1,3,6,7,9,10,11
Diety: Pieczywo bezglutenowe / kasza bezglutenowa na mleku bez laktozy / wędlina bezglutenowa / w. sojowa

**Obiad**
Zupa pomidorowa z ryżem | Rybka w kukurydzianej panierce | Ziemniaczki z koperkiem | Surówka colesław | Kompot jabłkowy / Alergeny – 1,3,6,7,9,10,11
Diety – Zupa bez laktozy / rybka w panierce bezglutenowej, bez jajka / ziemniaczki z wody / surówka bez laktozy

**Podwieczorek**
Melon | Ciasteczko owsiane / Alergeny – 1,3,7
Diety – Ciasteczko bezglutenowe, bez jajka, bez laktozy

## piątek

**Śniadanie**
Serek wiejski | Miód lipowy | Pieczywo mieszane (bułka paryska, chleb słonecznikowy) | Masło | Dodatek warzywny (rzodkiewka) | Herbata owocowa
Alergeny:1,3,6,7,9,10,11
Diety: Pieczywo bezglutenowe / serek bez laktozy

**Obiad**
Zupa jarzynowa | Curry z dynią i ciecierzycą | Kuskus perłowy | Kompot truskawkowy
Alergeny – 1,3,4,6,7,9,10,11
Diety – Zupa bez laktozy / curry bezglutenowe, bez laktozy / kasza bezglutenowa

**Podwieczorek**
Chlebek bananowy / Alergeny – 1,3,7
Diety – Chlebek bezglutenowy, bez jajka

alergeny

1 gluten
2 skorupiaki
3 jaja
4 ryby
5 orzeszki ziemne
6 soja
7 laktoza
8 orzechy
9 seler
10 gorczyca
11 nasiona sezamu
12 dwutlenek siarki i siarczany w stężeniu <10mg/kg
13 łubin