

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>06.12.2021</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pieczywo mieszane i wieloziarniste (<b>pszenica, żyto</b>) 30g z <b>masłem</b> 5g</li> <li>• kiełbasa szynkowa 35g</li> <li>• ogórek 25g, rzodkiewka</li> <li>• kakao (<b>mleko</b>) 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zupa krem z marchewki (<b>seler, mleko</b>) 250ml</li> <li>• risotto z warzywami i indykiem (<b>marchewka, brokuł</b>) 220g</li> <li>• papryka do chrupania 30g</li> <li>• kompot z aronii 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• muffiny orzechowe z bitą śmietaną (<b>mleko, pszenica, jajko, orzechy włoskie</b>) 1 szt. – własny wypiek</li> <li>• śliwka suszona 10g</li> <li>• herbata z malin 150ml</li> </ul>
Godz.10.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pomarańcza 1/2szt</li> <li>• napar z rumianku 150 ml</li> </ul>		
<b>07.12.2021</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• makaron literki na <b>mleku</b> 200ml</li> <li>• pieczywo mieszane (<b>pszenica, żyto</b>) i kukurydziane (<b>pszenica</b>) 30g z <b>masłem (mleko)</b> 3g</li> <li>• ser żółty 20g</li> <li>• dżem malinowy</li> <li>• pomidor 25g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• krupnik z kaszą jaglaną na kurczaku (<b>seler, owies</b>) 250ml</li> <li>• ziemniaki 130g</li> <li>• nugęsy z kurczaka (<b>pszenica, jajko</b>)60g</li> <li>• surówka colesław (kapusta, marchewka, kukurydza, jabłko, <b>jajko</b>) 80g</li> <li>• kompot z wiśni 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• maślanka truskawkowa (mleko) 150ml</li> <li>• pieczywo wasa (<b>pszenica</b>) 1szt,</li> <li>• <b>orzechy pinii</b> 10g</li> </ul>
Godz. 10.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gruszka 1/2szt</li> <li>• herbata z hibiskusa 150 ml</li> </ul>		
<b>08.12.2021</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pieczywo mieszane (<b>pszenica, żyto</b>) i graham (<b>pszenica</b>) 60g z <b>masłem</b> 5g</li> <li>• pasta z kiełbasy 35g</li> <li>• papryka 25g, sałata lodowa</li> <li>• kawa inka (<b>jęczmień, mleko</b>) 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zupa gulaszowa z wołowiną (<b>seler</b>) 250ml</li> <li>• makaron kokardki biały/razowy z serem i polewą jogurtowo-truskawkową (<b>mleko, pszenica</b>) 220g/50ml</li> <li>• kompot mieszany (śliwka, truskawka, jabłko) 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pizza Margheritta z keczupem (<b>pszenica, mleko</b>) 1 kawałek</li> <li>• kalarepa do chrupania 30g</li> <li>• sok jabłkowy 150ml</li> </ul>
Godz. 10.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• jabłko ½ szt.</li> <li>• napar z pokrzywy 150 ml</li> </ul>		
<b>09.12.2021</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kasza manna na <b>mleku (pszenica, jajko)</b> 200ml</li> <li>• bułka weka z <b>masłem (mleko, pszenica)</b> 30g</li> <li>• ser mozzarella kulki (<b>mleko</b>) 20g</li> <li>• miód</li> <li>• pomidor koktajlowy 25g, rukola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zupa pomidorowa z ryżem (<b>seler, mleko</b>) 250ml</li> <li>• ziemniaki 130g</li> <li>• kolet mielony (<b>jajko, pszenica</b>) 60g</li> <li>• mizeria z ogórków (<b>mleko</b>)80g</li> <li>• kompot z truskawek 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mus jabłkowo-dyniowy 100g</li> <li>• bułka maślana (<b>pszenica, jajko</b>) 1/2zt</li> <li>• napar z melisy z miodem 150ml</li> </ul>
Godz. 10.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• banan 1/2szt</li> <li>• napar z lipy 150 ml</li> </ul>		
<b>10.12.2021</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pieczywo mieszane i orkiszowe (<b>pszenica, żyto</b>) 30g z <b>masłem (mleko)</b> 5g</li> <li>• pasta z <b>jaj</b> 20g</li> <li>• szynka wieprzowa 5g</li> <li>• pomidor koktajlowy 25g, sałata lodowa</li> <li>• kakao na <b>mleku</b> 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• barszcz czerwony zabieleny (<b>seler, mleko</b>) 250ml</li> <li>• kasza bulgur z <b>masłem klarowanym (pszenica, mleko)</b> 130g</li> <li>• polędwica z <b>dorsza</b> panierowana (<b>pszenica, jajko</b>) 60g</li> <li>• bukiet warzyw (marchewka, brokuł, kalafior) na parze 80g</li> <li>• sok z czarnej porzeczki 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• bułka weka z <b>masłem i bananem (pszenica)</b> 2szt</li> <li>• herbata z cytryną 150ml</li> </ul>
Godz. 10.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mandarynka 1szt</li> <li>• herbata z pigwy 150ml</li> </ul>		

*Alergeny zaznaczone są pogrubioną trzcionką.  
Zastrzegamy sobie prawo zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.*

W kuchni używa się: **zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy.** Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Jadłospis opracowany jest dla dzieci o zapotrzebowaniu energetycznym 1400 kcal.  
**O godz. 10:30 podawane są herbatki owocowe, soki i owoce.**

