

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
01.08.2022	<ul style="list-style-type: none"> • pieczywo mieszane i wieloziarniste (pszenica, żyto) 30g z masłem (mleko)5g • polędwica sopocka 30g • kalarepa 25g, roszonek 30g • kakao (mleko) 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> • zupa letnia z fasolką(seler, mleko) 250ml • makaron spaghetti z sosem bolońskim(wieprzowina, pszenica) 220g • ogórek kiszony 30g • kompot z wiśni 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> • ślimaczki z serem (pszenica, mleko, jajko) 2 szt. • woda z cytryną 150ml
Godz.10.30	<ul style="list-style-type: none"> • winogrona 80g • napar z melisy 150 ml 		
02.08.2022	<ul style="list-style-type: none"> • płatki owsiane na mleku 200ml • pieczywo kukurydziane i słonecznikowe z masłem(pszenica, żyto, mleko) 30g • pasta z tuńczyka(jajko) 20g • pomidor malinowy 25g, sałata rzymska 	<ul style="list-style-type: none"> • kapuśniak ze słodkiej kapusty z zieloną pietruszką(seler)250ml • ryż basmati na sypko 130g • filet z indyka w sosie słodko-kwaśnym z ananase i mlekiem kokosowym 100g • marchewka do chrupania 30g • kompot z czarnej porzeczki 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> • shake malinowo-bananowy (mleko) 150ml • chrupki kukurydziane 10g
Godz. 10.30	<ul style="list-style-type: none"> • jabłko 1/2szt • herbata rooibos 150 ml 		
03.08.2022 DZIEŃ ARBUZA	<ul style="list-style-type: none"> • pieczywo mieszane i orkiszowe z masłem(pszenica, żyto, mleko) 60g /5g • kiełbasa krakowska sucha wieprzowa 30g • ogórek 25g, rzodkiewka • kawa inka (jęczmień, mleko) 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> • krupnik z kaszą jęczmienną na kurczaku(seler) 250ml • makaron kokardki z polewą serowo-jagodową(pszenica, mleko) 220g • kompot z truskawek 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> • kukurydza kolba 1/2szt • wafle ryżowe 1szt • herbata wieloowocowa 150ml
Godz. 10.30	<ul style="list-style-type: none"> • arbuzy 100g • napar z kopru włoskiego 150 ml 		
04.08.2022	<ul style="list-style-type: none"> • płatki kukurydziane z mlekiem 200ml • pieczywo mieszane i chleb dyniowy z masłem (pszenica, żyto, mleko)30g • ser żółty(mleko) 20g, dżem truskawkowy • pomidor 20g, sałata lodowa 5g 	<ul style="list-style-type: none"> • krem z cukinii z grzankami(seler, mleko, pszenica) 250ml • kasza bulgur na sypko 130g • gulasz wieprzowy 90g • fasolka szparagowa z masłem i sezamem(mleko)80g • kompot z aronii 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> • budyń śmietankowy z musem truskawkowym (pszenica, mleko, jajko)100g/50ml • woda z mięta 150ml
Godz. 10.30	<ul style="list-style-type: none"> • banan 1/2szt • herbata wiśniowa 150ml 		
05.08.2022	<ul style="list-style-type: none"> • pieczywo mieszane i owsiane z masłem(pszenica, żyto, mleko) 60g/5g • pasta z jaj ze szczypiorkiem 20g • papryka 20g, kiełki słonecznika • kawa inka na mleku 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> • zupa ogórkowa (seler, mleko) 250ml • ziemniaki z koperkiem 130g • paluszki rybne z mintaja(jajko, pszenica) 60g • sałata lodowa z rzodkiewką i śmietaną (mleko) 80g • kompot z wiśni 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> • bułka maślana z miodem (pszenica, mleko) 1/2szt • sok pomarańczowy 150ml
Godz. 10.30	<ul style="list-style-type: none"> • brzoskwinia 1/2szt • napar z rumianku 150ml 		

Alergeny zaznaczone są pogrubioną czcionką.

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

