

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>06.02.2023</b> <b>Poniedziałek</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pieczywo mieszane i owsiane z masłem (<b>pszenica, żyto, owies, mleko</b>) 30g</li> <li>• polędwica drobiowa 60g/8g</li> <li>• pomidor 40g, sałata roszponka 5g</li> <li>• kakao (<b>mleko</b>) 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zupa pomidorowa z ryżem (<b>seler, mleko</b>) 250ml</li> <li>• zapiekanka szpinakowa z makaronem razowym, wieprzowiną i parmezanem (<b>pszenica, mleko</b>) 220g, keczup</li> <li>• marchewka do chrupania 50g</li> <li>• kompot wiśniowy 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kasza manna z sosem malinowym (<b>pszenica, mleko, jajko</b>) 100g/50ml</li> <li>• sok z czarnej porzeczki 150ml</li> </ul>
Godz.10.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mandarynka 60g</li> <li>• herbata z owoców leśnych 150ml</li> </ul>		
<b>07.02.2023</b> <b>Wtorek</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• płatki owsiane na mleku 200ml</li> <li>• pieczywo mieszane i słonecznikowe z masłem (<b>pszenica, żyto, mleko</b>) 30g/5g</li> <li>• pasta z makreli z twarogiem (<b>mleko</b>) 20g</li> <li>• ogórek 40g, rzodkiewka 5g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zupa neapolitańska (<b>seler, kapusta, pszenica</b>) 250ml</li> <li>• ziemniaki z koperkiem 130g</li> <li>• kotlet mielony drobiowy (<b>pszenica, jajko</b>) 70g</li> <li>• modra kapusta zasmażana 80g</li> <li>• kompot z czerwonej porzeczki 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• bułka maślana z masłem (<b>pszenica, mleko</b>) ½ szt.</li> <li>• kiwi 40g</li> <li>• herbata z cytryną 150ml</li> </ul>
Godz. 10.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• jabłko 80g</li> <li>• napar z mięty 150 ml</li> </ul>		
<b>08.02.2023</b> <b>Środa</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pieczywo mieszane i wieloziarniste z masłem (<b>pszenica, żyto, siemię lniane, mleko</b>) 60g /8g</li> <li>• szynka bez dymusiu (<b>gorczyca</b>) 30g</li> <li>• pomidor koktajlowy 40g, sałata rukola 5g</li> <li>• kawa inka na mleku (<b>jęczmień, żyto</b>) 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zupa gulaszowa z wołowiną i ziemniakami (<b>seler</b>) 250ml</li> <li>• makaron kokardki z serem i polewą jagodową (<b>pszenica, mleko</b>) 180/50ml</li> <li>• melon 60g, orzechy 5g</li> <li>• kompot truskawkowy 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kisiel wiśniowy 150ml</li> <li>• pieczywo wasa (<b>pszenica, żyto</b>) 1szt</li> <li>• banan 1szt</li> </ul>
Godz. 10.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• winogrona 80g</li> <li>• napar z rumianku 150 ml</li> </ul>		
<b>09.02.2023</b> <b>Czwartek</b> <b>Dzień pizzy</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• płatki jęczmienne na mleku 200ml</li> <li>• pieczywo mieszane i chleb dyniowy z masłem (<b>pszenica, żyto, mleko</b>) 30g/5g</li> <li>• pasta z jaj z koperkiem 20g</li> <li>• papryka 40g, kiełki lucerny 5g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zupa jarzynowa z brukselką (<b>seler, mleko</b>) 250ml</li> <li>• kasza jęczmienna/gryczana 130g</li> <li>• polędwica wieprzowa w sosie 110g</li> <li>• surówka z kiszanej kapusty 80g</li> <li>• kompot z aronii 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pizza Margherita (<b>pszenica, mleko</b>) 1 kawałek-własny wyrób</li> <li>• kalarepa 40g</li> <li>• keczup</li> <li>• napar z kopru włoskiego 150ml</li> </ul>
Godz. 10.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gruszka 60g</li> <li>• herbata z malin 150ml</li> </ul>		
<b>10.02.2023</b> <b>Piątek</b> <b>Dzień roślin strączkowych</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pieczywo mieszane i orkiszowe z masłem (<b>pszenica, żyto, orkisz, mleko</b>) 60g/58</li> <li>• ser biały (<b>mleko</b>) 30g</li> <li>• dżem truskawkowy 5g</li> <li>• biała rzodkiew 40g</li> <li>• kakao na mleku 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• krem z pieczonego buraka z grzanką (<b>seler, mleko, pszenica</b>) 250ml</li> <li>• ziemniaki z koperkiem 130g</li> <li>• kotlet rybny (<b>miruna, łosoś, jajko, pszenica</b>) 70g</li> <li>• marchewka z anansem i oliwą 80g</li> <li>• kompot z czarnej porzeczki 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• jogurt jagodowy (<b>mleko</b>) 150ml</li> <li>• chrupki kukurydziane 10g</li> </ul>
Godz. 10.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• banan 1szt</li> <li>• napar z melisy 150ml</li> </ul>		

*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.**

