

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
29.05.2023 Poniedziałek	• pieczywo mieszane i wieloziarniste z masłem (pszenica, żyto, mleko) 60g /8g • kiełbasa sucha wieprzowa 30g • ogórek 50g, sałata rzymska 5g • kakao (mleko) 150ml	• zupa jarzynowa ze szparagami (seler, mleko) 250ml • makaron carbonara (pszenica, mleko, szynka wieprzowa) 220g • marchewka 80g • kompot z agrestu 150ml	• pudding jaglany z musem truskawkowym (mleko) 100g/30g • chrupki kukurydziane 10g • napar z mięty 150ml
Godz.10.30	• jabłko 80g • herbata z aronii 150ml		
30.05.2023 Wtorek Dzień soku	• płatki owsiane na mleku 200ml • pieczywo mieszane i słonecznikowe z masłem (pszenica, żyto, mleko) 30g/5g • mozzarella kulki (mleko) 20g • pomidor 50g, sałata lodowa 10g	• krem z papryki (seler, mleko) 250ml • ziemniaki z koperkiem 130g • pulpet z indyka (w sosie koperkowym (jako, pszenica) 70g/50ml • buraczki z jabłkiem i olejem 80g • sok z czarnej porzeczki 150ml	• chałka z masłem (mleko, pszenica, jajko) 150ml • melon 100g • mleko 150ml
Godz. 10.30	• gruszka 60g • napar z rumianku 150 ml		
31.05.2023 Środa	• pieczywo mieszane i owsiane z masłem (pszenica, żyto, owies, mleko) 60g /8g • szynka bez dymusia 30g • papryka 50g, kiełki brokuła 10g • kawa inka na mleku (jęczmień, żyto) 150ml	• zupa szczawiowa z jajkiem i ziemniakami (seler, mleko) 250ml • naleśniki ze serem/dżemem i bitą śmietaną (pszenica, mleko, jajko) 2szt • kalarepa 60g • kompot z rabarbaru 150ml	• wafel ryżowy 1szt • surówka z marchewki z jabłkiem 60g • lemoniada z cytryną i syropem klonowym 150ml
Godz. 10.30	• winogrona 80g • napar z kopru włoskiego 150 ml		
01.06.2023 Czwartek DZIEŃ DZIECKA	• zacierki na mleku (pszenica, jajko) 200ml • pieczywo mieszane i chleb dyniowy z masłem (pszenica, żyto, mleko) 30g/5g • pasta z tuńczyka 20g • ogórek kiszony 50g, rukola 10g	• zupa krem z cukinii z prażonym słonecznikiem (seler, mleko) 250ml • kasza jęczmienna/gryczana 130g • gulasz wołowy 110g • szparagi zielone z masłem klarowanym (mleko) 80g • kompot z truskawek 150ml	• musli z żurawiną, orzechami i jogurtem (mleko) 100g • borówka amerykańska 30g • napar z melisy 150ml
Godz. 10.30	• sorbet jagodowy 45ml • sok pomarańczowy 150ml		
02.06.2023 Piątek	• pieczywo mieszane i orkiszowe z masłem (pszenica, żyto, orkisz, mleko) 60g/8 g • twarożek koperkowy (mleko) 30g • pomidor 50g, szczypior 10g • kakao na mleku 150ml	• zupa pomidorowa z ryżem (seler, mleko) 250ml • ziemniaki z koperkiem 130g • łosoś sautee z pieprzem cytrynowym 60g • mizeria z ogórka i rzodkiewki (mleko) 80g • kompot z wiśni 150ml	• pizza Margherita (pszenica, jajko, mleko) - własny wyrób, 1 kawałek • papryka kolorowa 50g • sok warzywno-owocowy 150ml
Godz. 10.30	• banan 80g • napar z pokrzywy 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.

