

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
19.05.2025 Poniedziałek	• pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i orkiszowe (zawiera orkisz) z masłem 60g /8g • szynka wieprzowa 30g • ogórek, sałata rukola 50g • kakao na mleku 150ml • herbata malinowa 150ml • jabłko 50g	• krupnik z kaszą 250ml (ziemniaki, marchewka, seler, pietruszka, por, kurczak, kasza jęczmienna, koper, natka, przyprawy) • chłopski garnek 180g (ziemniaki, kapusta, kiełbasa wieprzowa zawiera gorczycę, szparagi, pomidory, marchewka, cebula, olej, czosnek, przyprawy) • kompot z aronii 150ml	• pudding ryżowy 100g (mleko, płatki ryżowe, cukier waniliowy) • borówka amerykańska 30g • napar z rumianku 150ml
20.05.2025 Wtorek	• płatki jęczmienne na mleku 200ml • pieczywo mieszane zawiera (pszenicę, żyto) i słonecznikowe (zawiera żyto) z masłem 30g/5g • pasta z tuńczyka 20g (ryba, jajko, majonez zawiera gorczycę i jajko, przyprawy) • pomidor malinowy, sałata lodowa 50g • napar z rumianku 150 ml • mandarynka 50g	• rosół z makaronem 250ml (kurczak, makaron przepiórczy zawiera pszenicę, jajko, marchewka, seler, pietruszka, por, natka, koper, przyprawy) • ryż basmati 100g • potrawka z kurczaka w sosie 100g (kurczak, marchewka, cebula, czosnek, olej, mąka zawiera pszenicę, przyprawy) • ogórek kiszony 40g • kompot z truskawek 150ml	• jogurt truskawkowy 150ml (jogurt 2%tł., zawiera mleko, truskawki, cukier) • melon 50g • ciastko owsiane 1szt
21.05.2025 Środa	• pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i żytnie b/drożdży (zawiera żyto) z masłem 60g/8g • parówki z szynki 1szt • papryka, sałata rzymska 50g • kawa inka 150ml (zawiera jęczmień, żyto) na mleku • herbata z jeżyn 150 ml • gruszka 50g	• zupa koperkowa z jajkiem 250ml (ziemniaki, jajka, marchewka, udziec z indyka, seler, pietruszka, por, śmietana 18% tł. zawiera mleko, koper, natka, czosnek, przyprawy) • makaron 130g (makaron zawiera pszenicę, jajko) z polewą jogurtowo-serową 80ml (jogurt naturalny 2%tł. zawiera mleko, ser zawiera mleko, truskawka, cukier) • winogrona 40g • kompot z wiśni 150ml	• grzanka z serem 2szt (weka zawiera pszenicę, masło, ser żółty zawiera mleko) • keczup 5g • ogórek 30g • lemoniada cytrynowa 150ml

22.05.2025 Czwartek	• zacierki na mleku 200ml (mąka zawiera pszenicę, jajko) • pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i rarytas (zawiera żyto) z masłem 30g/5g • pasta z marchewki 20g (marchewka, cebula, olej, sezam, przyprawy) • kalarepa, rzodkiewka, sałata rzymska 50g • herbata z owoców leśnych 150 ml • banan 1/2szt	• krem z zielonego groszku z granką 250ml (ziemniaki, groszek, seler, pietruszka, por, śmietana 12%tł zawiera mleko, bułka weka zawiera pszenicę, natka, koper, przyprawy) • zapiekanka gołąbkowa 180g (ryż, kapusta młoda, indyk, marchewka, cebula, olej, przyprawy) • sos pomidorowy 50ml (pomidory, cebula, mąka ziemniaczana, czosnek, przyprawy) • kompot z malin 150ml	• budyń waniliowy z musem jagodowym 100g (mleko, jajka, mąka zawiera pszenicę, mąka ziemniaczana, cukier waniliowy) • herbata rooibos 150ml
23.05.2025 Piątek	• pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i orkiszowe (zawiera orkisz) z masłem 60g/8g • twarożek śmietankowy 30g (ser 24% tł. zawiera mleko) • pomidor koktajlowy, sałata roszponka 50g • kakao na mleku 150ml • herbata z malwy 200ml • pomarańcza 50g	• zupa jarzynowa z brokułem 250ml (brokuł, marchewka, pietruszka, seler, por, śmietana 12%tł zawiera mleko, kasza jaglana, koper, natka, przyprawy) • ziemniaki puree z koperkiem 100g (zawierają mleko) • miruna w panierce 70g (ryba, bułka tarta zawiera pszenicę, jajko, przyprawy) • mizeria z ogórka 80g (ogórek, śmietana 18%tł., zawiera mleko, przyprawy) • kompot z czerwonej porzeczki 150ml	• ciasto drożdżowe z kruszonką 1 kawałek (mąka zawiera pszenicę, rabarbar, masło, jajka, cukier, cukier waniliowy)-własny wyrób • kiwi 1szt • mleko 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.

