

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
09.06.2025 Poniedziałek	• pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i orkiszowe (zawiera orkisz) z masłem 60g /8g • ser żółty gouda 30g (zawiera mleko) • papryka, roszponka, rzodkiewka 50g • kakao na mleku 150ml • napar z kopru włoskiego 150ml • jabłko 1/2szt	• krupnik 250ml (ziemniaki, marchewka, seler, pietruszka, por, kurczak zagrodowy, kasza jęczmienna, koper, natka, przyprawy) • makaron łazanki z kapustą 200g (makaron zawiera pszenicę, jajko, kapusta młoda, kiełbasa wieprzowa zawiera gorczycę, koncentrat pomidorowy, cebula, przyprawy) • kompot z rabarbaru 150ml	• bułka drożdżowa 1szt. (mąka zawiera pszenicę, jajko, mleko, masło) • truskawki 40g • lemoniada pomarańczowa z syropem klonowym 150ml
10.06.2025 Wtorek	• płatki owsiane na mleku 200ml • pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i słonecznikowe (zawiera żyto) z masłem 30g/5g • pasta z zielonego groszku 20g (groszek, majonez zawiera jajko, gorczycę, przyprawy) • pomidor malinowy, rucola 50g • herbata z hibiscusa 150 ml • pomarańcza 50g	• rosół z makaronem 250ml (kurczak zagrodowy, makaron nitki zawiera pszenicę, jako, marchewka, seler, por, natka, koper, przyprawy) • ziemniaki 100g • kotlet wieprzowy 70g (polędwica wieprzowa, jajko, bułka tarta zawiera pszenicę, olej, przyprawy) • buraczki 80g (buraczki, jabłko, szczypior, ocet jabłkowy, olej, przyprawy) • kompot z czarnej porzeczki 150ml	• galaretka jogurtowa 100g (jogurt 2%tł.zawiera mleko, herbatniki zawierają pszenicę, jajko, galaretka truskawkowa, truskawki) • napar z mięty 150ml
11.06.2025 Środa	• pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i żytnie b/drożdży (zawiera żyto) z masłem 60g/8g • pasta drobiowo-warzywna 30g (kurczak, majonez zawiera gorczycę, jajko, marchewka, pietruszka, seler, przyprawy) • ogórek kiszony, sałata lodowa 50g • kawa inka na mleku 150ml (zawiera jęczmień, żyto) • napar z lipy 150ml • gruszka 50g	• zupa szczawiowa z jajkiem 250ml (ziemniaki, szczaw, marchewka, jajko, kiełbasa z szynki zawiera gorczycę, pietruszka, seler, śmietana 18% tł. zawiera mleko, por, natka, koper, przyprawy) • ryż zapiekany z jabłkami 180g (jabłko, ryż, mleko, cynamon) z polewą jogurtowo-owocową 50g (jogurt 2%tł. zawiera mleko, truskawka, cukier) • orzechy makadamia 10g • kompot z wiśni 150ml	• weka z masłem 2szt (weka zawiera pszenicę) • talerz warzyw 50g (ogórek, kalarepa, papryka) • herbata z malin 150 ml

12.06.2025 Czwartek	• makaron orzo na mleku 200ml (makaron zawiera pszenicę, jajko) • pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i rarytas (zawiera żyto) z masłem 30g/5g • twarożek ze szczypiorkiem 20g (twarożek 24% tł. zawiera mleko, szczypior) • ogórek, rzodkiewka, sałata rzymska 50g • napar z kopru włoskiego 150ml • banan 1/2szt	• zupa z soczewicą 250ml (ziemniaki, marchewka, soczewica, seler, pietruszka, por, kurczak, natka, przyprawy) • kasza bulgur 100g • gulasz z indyka 100g (udziec z indyka, mąka ziemniaczana, olej, cebula, czosnek, przyprawy) • szparagi 80g • kompot z truskawek 150ml	• budyń waniliowy 100g (mleko, mąka zawiera pszenicę, mąka ziemniaczana, jajko, cukier, cukier waniliowy) z musem z mango 30g • herbata z cytryną 150ml
13.06.2025 Piątek	• pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i dyniowe (zawiera pszenicę, żyto) z masłem 60g/8g • jajecznica 30g (jajko, masło klarowane, przyprawy) • pomidor koktajlowy, kalarepa, sałata rucola 50g • kakao na mleku 150ml • herbata z malwy 150ml • melon 50g	• zupa pomidorowa z ryżem 250ml (pulpa pomidorowa, marchewka, seler, pietruszka, por, śmietana 18%tł. zawiera mleko, ryż, natka, koper, przyprawy) • ziemniaki z koperkiem 100g • polędwica z dorsza w panierce 60g (ryba , bułka tarta zawiera pszenicę, jajko, przyprawy) • surówka z marchewki 80g (marchewka, jabłko, ocet, olej) • kompot z aronii 150ml	• jogurt Shreka 150 ml (jogurt 2 %tł. zawiera mleko, szpinak, banan, cukier) • wafel ryżowy 1szt • jabłko 40g

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.

