

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
23.06.2025 Poniedziałek	• pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i orkiszowe (zawiera orkisz) z masłem 60g/8g • kiełbasa krakowska wieprzowa 30g (zawiera gorczycę) • ogórek małosolny, roszponka, rzodkiewka 50g • kakao na mleku 150ml • napar z mięty 150ml • truskawka 40g	• krem z białych warzyw 250ml (ziemniaki, seler, pietruszka, por, kalafior, koper, śmietana 18%tł. zawiera mleko, pestki dyni, natka, przyprawy) • grzanka 5g (weka zawiera pszenicę) • makaron z sosem myśliwskim 200g (makaron zawiera pszenicę, jajko, kiełbasa wieprzowa zawiera gorczycę, koncentrat pomidorowy, mąka kukurydziana, cebula, przyprawy) • kalarepa 50g • kompot z truskawek 150ml	• deser kukurydziany 100g (mleko, kasza kukurydziana, cukier waniliowy) z musem malinowym 30g • lemoniada cytrynowa z syropem klonowym 150ml
24.06.2025 Wtorek	• płatki kukurydziane na mleku 200ml • pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i słonecznikowe (zawiera żyto) z masłem 30g/5g • pasta z marchewki 20g (marchewka, cebula, olej, sezam, przyprawy) • biała rzodkiew, rukola 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 • nuggetsy z kurczaka 70g (filet z kurczaka, jajko, bułka tarta zawiera pszenicę, olej, przyprawy) • coleslaw 80g (kapusta młoda, kukurydza, jabłko, majonez zawiera jajko, gorczycę, szczypior, przyprawy) • kompot z czarnej porzeczki 150ml	• jogurt jagodowy 150ml (jogurt 2%tł.zawiera mleko, jagody) • jabłko 1/2szt • biszkopty bezcukrowe 10g (zawierają pszenicę, jajko)
25.06.2025 Środa	• pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i żytnie b/drożdży (zawiera żyto) z masłem 60g/8g • pasztet drobiowo-warzywny 30g (kurczak, majonez zawiera gorczycę, jajko, marchewka, pietruszka, seler, jajko, masło klarowane, przyprawy) • ogórek , sałata lodowa 50g • kawa inka na mleku 150ml (zawiera jęczmień, żyto) • napar z melisy 150ml • banan 1/2szt	• barszcz czerwony 250ml (buraki, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, śmietana 18% tł. zawiera mleko, natka, koper, przyprawy) • naleśniki z serem i truskawkami 2szt (mleko, mąka zawiera pszenicę, jajko, ser biały zawiera mleko, truskawki) z polewą jogurtowo-waniliową 50g (jogurt 2%tł. zawiera mleko, cukier waniliowy) • kompot z malin 150ml	• wasa z masłem 2szt (zawiera pszenicę, żyto) • pomidor koktajlowy 50g • lemoniada arbuzowa 150 ml (arbuz, cytryna, syrop z agawy)

26.06.2025 Czwartek	• płatki jęczmienne na mleku 200ml (zawierają jęczmień) • pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i rarytas (zawiera żyto) z masłem 30g/5g • twarożek 30g (twarożek 24% tł. zawiera mleko) • papryka, sałata rzymska 50g • napar z rumianku 150ml • melon 50g	• krem z cukinii 250ml (cukinia, ziemniaki, marchewka, seler, pietruszka, por, śmietana 18%tł. zawiera mleko, pestki dyni, natka, koper, przyprawy) • kasza bulgur 100g (zawiera pszenicę) • gulasz z wołowy 100g (wołowina, mąka ziemniaczana, olej, cebula, czosnek, przyprawy) • ogórek małosolny w słoiku 60g • kompot z truskawek 150ml	• bułka drożdżowa z powidłami śliwkowymi 1szt (mleko, mąka zawiera pszenicę, jajko, cukier, drożdże, cukier waniliowy) –własny wyrób • sok wielowocowy 200ml
27.06.2025 Piątek	• pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i dyniowe (zawiera pszenicę, żyto) z masłem 60g/8g • jajko w krążkach 30g • pomidor koktajlowy, sałata rukola 50g • kakao na mleku 150ml • herbata z malwy 150ml • arbuz 50g	• zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 250ml (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, por, groszek, śmietana 18%tł. zawiera mleko, kasza jaglana, natka, koper, przyprawy) • ziemniaki z koperkiem 100g • kotlet rybny 70g (miruna, łosoś, dorsz , bułka tarta zawiera pszenicę, jajko, przyprawy) • mizeria 80g (ogórek, śmietana 18%tł. zawiera mleko, szczypior) • kompot z czarnej porzeczki 150ml	• kasza manna 100 g (mleko, kasza manna zawiera pszenicę) • borówka amerykańska 40g • herbata z cytryną i miodem 150ml
30.06.2025 Poniedziałek	• pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i orkiszowe (zawiera orkisz) z masłem 60g /8g • ser żółty gouda 30g (zawiera mleko) • pomidor, roszponka 50g • kakao na mleku 150ml • napar z kopru włoskiego 150ml • jabłko 1/2szt	• zupa pomidorowa z ryżem 250ml (pomidory, marchewka, seler, pietruszka, por, natka, koper, śmietana 18%tł. zawiera mleko, ryż biały, przyprawy) • makaron ala carbonara 200g (makaron zawiera pszenicę, jajko, szynka wieprzowa, mleko, kukurydza, ser parmezan zawiera mleko, mąka zawiera pszenicę, masło, czosnek, przyprawy) • mix warzyw do chrupania 60g (papryka, kalarepa, ogórek) • sok z czarnej porzeczki 150ml	• wafel ryżowy z dżemem 2szt • gruszka 40g • woda z miętą 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.

