

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
01.06.2026 Poniedziałek DZIEŃ DZIECKA	<ul style="list-style-type: none"> • pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i orkiszowe (zawiera orkisz z masłem 60g /8g • kiełbasa szynkowa wieprzowa 30g (zawiera gorczycę) • pomidor malinowy, sałata rozspanka 50g • kakao na mleku 150ml • woda • lody 1szt (sorbet owocowy) 	<ul style="list-style-type: none"> • krem z papryki 250ml (papryka pieczona, ziemniaki, marchewka, seler, pietruszka, por, śmietana 12% tł.- zawiera mleko, prażone ziarna słonecznika, koper, natka, przyprawy) • makaron spaghetti z sosem bolońskim 220g (makaron pełnoziarnisty- zawiera pszenicę, jajko, wołowina, pomidory, marchewka, czosnek, przyprawy) • kalarepa do chrupania 40g • kompot z malin 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> • chałka 2szt (zawiera pszenicę, mleko, jajko) • truskawki w śmietanie 100g (śmietana 12% tł.- zawiera mleko) • herbata z cytryną 150ml
02.06.2026 Wtorek	<ul style="list-style-type: none"> • kasza kukurydziana na mleku 200ml • pieczywo mieszane zawiera (pszenicę, żyto) i słonecznikowe (zawiera żyto) z masłem 30g/5g • pasta z makreli 20g (ryba, ser biały- zawiera mleko, cebula, przyprawy) • ogórek, sałata lodowa 50g • woda • banan 1/2szt 	<ul style="list-style-type: none"> • rosół z kurczaka 250ml (kurczak zagrodowy, makaron przepiórczy- zawiera pszenicę, jajko, marchewka, seler, pietruszka, por, natka, koper, przyprawy) • ryż basmati 100g • potrawka z kurczaka 100g (mięso z kurczaka, marchewka, groszek, mąka kukurydziana, przyprawy) • ogórek kiszony w słoiku 50g • kompot z czarnej porzeczki 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> • jogurt pieczone jabłko 150ml (jogurt naturalny 2% tł., -zawiera mleko, jabłko, cukier waniliowy, cynamon) • arbuz 100g • chrupki kukurydziane 10g
03.06.2026 Środa	<ul style="list-style-type: none"> • pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i żytnie b/drożdży (zawiera żyto) z masłem 60g/8g • pasta z jaj 20g (jajko, majonez -zawiera jajko, gorczycę, przyprawy) • rzodkiewka, sałata rzymska 50g • kawa inka 150ml (zawiera jęczmień, żyto) na mleku • woda • melon 60g 	<ul style="list-style-type: none"> • zupa z soczewicą 250ml (ziemniaki , marchewka, seler, pietruszka, por, koper, natka, czosnek, przyprawy) • pampuchy drożdżowe 2szt (mąka- zawiera pszenicę, jajko, drożdże, cukier) z polewą jogurtową 50ml (jogurt naturalny 2%tł.- zawiera mleko, truskawka, cukier) • orzechy nerkowca 10g • kompot z rabarbaru 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> • bułka grahamka z masłem 1/2szt (zawiera pszenicę) • talerz warzyw 50g (papryka żółta, ogórek, pomidor koktajlowy) • karotka brzoskwińowa 150 ml

<p>04.06.2026</p> <p>Czwartek</p>	<h1>ŚWIĘTO BOŻEGO CIAŁA</h1>	
<p>05.06.2026</p> <p>Piątek</p>	<ul style="list-style-type: none"> • pieczywo mieszane (zawiera pszenicę, żyto) i orkiszowe (zawiera orkisz) z masłem 60g/8g • twarożek ze szczypiorkiem 30g (ser biały 24% tł.- zawiera mleko) • pomidor koktajlowy, sałata rucola 50g • kakao na mleku 150ml • herbata z malwy 200ml • jabłko 50g 	<ul style="list-style-type: none"> • zupa jarzynowa z kalafiorem 250ml (ziemniaki, kalafior, marchewka, pietruszka, seler, por, śmietana 12%tł - zawiera mleko, koper, natka, przyprawy) • ziemniaki młode z koperkiem 100g • miruna w panierce 70g (ryba, bułka tarta- zawiera pszenicę, jajko, przyprawy) • sałata ze śmietaną 80g (sałata lodowa, rzodkiewka, śmietana 12%tł.- zawiera mleko, szczypiorek, przyprawy) • kompot z wiśni 150ml <ul style="list-style-type: none"> • ciastko owsiane 1szt • gruszka 50g • sok z czarnej porzeczki 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.

