

Jadłospis

Poniedziałek 12.09.2022

Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **kakao** /200ml/(mleko 2%), **masło** 83%, **serek łaciaty**/12g/ (pochodne mleka), **serek Hochland**/12g/(pochodne mleka), **papryka czerwona**, **herbata** /200ml/.

A: 1,7.

Obiad: **Zupa burakowa z ziemniakami** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, buraki), (śmietana 18%, koncentrat buraczany).

Leczo warzywne z kiełbasą /150g/(papryka czerwona, leczo, cukinia, marchew, pietruszka, por, pomidory krojone, koncentrat pomidorowy 30%), **ryż paraboliczny**/70g/, **kompot** /200ml/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), sok.

A: 1,6,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** /30g/(mąka pszenna, ziarna zbóż), **wędlina**/20g/, **masło** 83%, **ogórek świeży**, **herbata** /200ml/.

A:1,6,7.

Wtorek 13.09.2022

Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło** 83%, **ser Gouda**/12g/ (pochodne mleka), **ser mozzarella**/12g/(pochodne mleka), **pomidor**, **herbata** /200ml/.

A:1,7.

Obiad: **Zupa paprykowa z makaronem** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, por, papryka czerwona), (śmietana 18%, makaron-mąka pszenna).

Filet z piersi kurczaka panierowany /60g/(jaja, mąka pszenna, olej rzepakowy, bułka tarta), **ziemniaki** /150g/, **surówka wielowarzywna** /100g/(ogórek świeży, por, papryka, sałata), **kompot** /200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia).

A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Pudding z kaszy manny z malinami** /200g/(mleko 2%, maliny, cynamon), **herbata** /200ml/.

A: 1,7.

Środa 14.09.2022

Śniadanie: **Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi** /250ml/(mleko 2%), **pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło** 83%, **powidła śliwkowe**/12g/(100% owoców), **jabłko prażone**/12g/ (100% owoców) **herbata** /200ml/.

A:1,7.

Obiad: **Krupnik ryżowy z natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, por), (ryż biały).

Kotlet mielony/80g/(łopatka wp. szynka wp., jaja, olej rzepakowy, bułka tarta, mąka pszenna), **ziemniaki** /150g/, **surówka z marchewki i jabłka** /100g/, **kompot** /200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia).

Bufet owocowy

A: 1,3,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane**/30g/ (mąka pszenna, mąka żytnia), **masło** 83%, **pasta z makreli i jajka** /50g/ (makrela, olej, majonez, jaja, gorczyca, gluten, seler, ocet, szczypiorek), **herbata** /200ml/.

A: 1,3,4,7.

Czwartek 15.09.2022

Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło** 83%, **wędlina**/20g/, **pomidor**, **herbata z cytryną** /200ml/.

A:1,6,7.

Obiad: **Kapuśniak zabieleny z młodej kapusty z ziemniakami** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, kapusta biała), (śmietana 18%).

Bitka schabowa w sosie własnym /60g/ (mąka pszenna, olej rzepakowy, śmietana 18%), **kasza jęczmienna**/70g/, **ogórek małosolny** /80g/, **kompot** /200ml/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia).

A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Budyń śmietankowy** /150ml/ (mleko 2%), **babka z metra** /20g/(mąka pszenna, jaja), **herbata** /150ml/.

A: 1,7.

Piątek 16.09.2022

Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło** 83%, **kawa mleczna** /200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **ser Gouda**/12g/(pochodne mleka), **dżem**/12g/(100% owoców), **rzodkiewka**, **herbata** /200ml/.

A: 1,7.

Obiad: **Solferino z zacierką i ziemniakami** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, por, natka), (makaron-mąka pszenna, śmietana 18%, koncentrat pomidorowy 30%, pomidory krojone),

Kotlet rybny /80g/(dorsz, morszczuk, mintaj, jaja, mąka pszenna, bułka tarta, mąka, olej rzepakowy), **ziemniaki** /150g/, **surówka z czerwonej kapusty** /100g/, **kompot**/200ml/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia).

A: 1,3,4,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane**/30g/(mąka pszenna, ziarna zbóż), **masło** 83%, **parówki z szynki**/50g/(83% mięsa wieprzowego), **ketchup** (pomidory, ocet), **herbata** /200ml/.

A:1,6,7.

Poniedziałek 19.09.2022

Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło** 83%, **kakao** /200ml/(mleko 2%), **serek łąciaty**/12g/ (pochodne mleka), **serek Hochland**/12g/(pochodne mleka), **pomidor**, **herbata** /200ml/.

A: 1,7.

Obiad: **Zalewajka z kiełbasą, jajkiem i ziemniakami** /250ml/(wywar kostny, mąka żytnia, kiełbasa, boczek, żurek na zakwasie, barszcz biały na zakwasie), (śmietana 18%, jaja).

Makaron z truskawkami i śmietaną /250g/(truskawka, mąka pszenna, soja, śmietana 18%), **kompot** /200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia),

A: 1,3,6,7.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** /30g/(mąka pszenna, ziarna zbóż), **wędlina**/20g/, **masło** 83%, **papryka czerwona**, **herbata** /200ml/.

A: 1,6,7.

Wtorek 20.09.2022

Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło** 83%, **kawa mleczna** /200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **serek do chleba**/12g/(pochodne mleka), **serek waniliowy**/12g/(pochodne mleka), **herbata** /200ml/.

A: 1,7.

Obiad: **Zacierka na rosole z natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka), (makaron zacierka- mąka pszenna).

Gołąbki bez zawijania /90g/ (łopatka wieprzowa, kapusta pekińska, ryż, jaja), **w sosie pomidorowym** (śmietana 18%, koncentrat pomidorowy 30%, mąka pszenna), **ziemniaki** /150g/, **kompot** /250ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia),

A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Jogurt owocowy** /150g/ (pochodne mleka), **placek drożdżowy**/40g/(mąka pszenna), **herbata** /100ml/.

A: 1,7.

Środa 21.09.2022

Śniadanie: **Zupa mleczna z płatkami ryżowymi** /250ml/(mleko 2%), **pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło** 83%, **miód**/12g/, **dżem**/12g/(100% owoców), **herbata** /200ml/.

A: 1,7.

Obiad: **Krupnik mazurski z ziemniakami i natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, seler, marchew, pietruszka, por, ziemniaki).

Kotlet pożarski /60g/(udo indycze, filet z kurczaka, jaja, olej rzepakowy, bułka tarta, mąka pszenna), **ziemniaki** /150g/, **marchewka z groszkiem na ciepło** /100g/(masło 83%), **kompot**/200ml/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia),

Bufet warzywny

A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** /30g/(mąka pszenna), **masło** 83%, **jajko na twardo**/18g/, **szczypiorek**, **sałata**, **herbata**/200ml/.

A: 1,3,7.

Czwartek 22.09.2022

- Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło** 83%, **kakao** /200ml/(mleko 2%), **twarożek na słodko**/12g/(ser śmietankowy- pochodne mleka, śmietana 18%), **ser mozzarella**/12g/ (pochodne mleka), **pomidor**, **herbata** /200ml/. **A: 1,7.**
- Obiad: **Zupa jarzynowa z ziemniakami** /250ml/ (wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka, kalafior, brokuł, dynia), (śmietana 18%, koncentrat pomidorowy30%)
Spaghetti z mięsem /300g/(mięso wieprzowe, makaron spaghetti- mąka pszenna, soja, olej rzepakowy) i **sosem bolońskim** (cukinia, papryka czerwona, pomidory, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, mąka ziemniaczana), **kompot** /200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia). **A: 1,7,9.**
- Podwieczorek: **Koktajl jogurtowo-owocowy** /200ml/(banan, gruszka, jogurt typu greckiego, kefir –pochodne mleka), **mini drożdżówka**/30g/(mąka pszenna, jaja), **herbata** /200ml/. **A: 1,7.**

Piątek 23.09.2022

- Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło** 83%, **kawa mleczna** /200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **serek Hochland**/12g/ (pochodne mleka), **ser Gouda**/12g/ (pochodne mleka), **ogórek świeży**, **herbata** /200ml/. **A: 1,7.**
- Obiad: **Zupa koperkowa z ryżem** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka, koper świeży), (śmietana 18%, ryż długoziarnisty).
Filet z dorsza panierowany /80g/ (jaja, olej rzepakowy, mąka pszenna, bułka tarta), **ziemniaki** /150g/, **surówka z białej kapusty z majonezem** /100g/(biała kapusta, marchew, jabłko, majonez), **kompot** /200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia). **A: 1,3,4,7,9.**
- Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** /30g/(mąka pszenna, ziarna zbóż), **pasztet wieprzowy**/20g/ (wypiek własny), **masło** 83%, **pomidor**, **herbata** /200ml/. **A: 1,3,7.**

Do posiłków dzieci otrzymują: wodę mineralną lub soki owocowe oraz świeże owoce i warzywa

Uwaga: zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Przybliżona minimalna gramatura po obróbce /g/ (nie obejmuje sosów) oraz minimalna objętość /ml/
(A) – oznaczenie alergenów, które mogą występować w potrawach, numeracja i nazwy na osobnym wykazie.

Kucharka:

Intendent:

Dyrektor: