

# Jadłospis

## Poniedziałek 30.01.2023

Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **kakao** /200ml/(mleko 2%), **masło** 83%, **serek waniliowy** /12g/(pochodne mleka), **herbata** /200ml/. **A: 1,7.**

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

**Makaron z białym twarogiem i śmietaną** /250g/(ser półtłusty-pochodne mleka, mąka pszenna, soja, śmietana 18%), **kompot** /200ml/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia). **A: 1,7,9.**

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** /30g/(mąka pszenna, ziarna zbóż), **wędlina**/24g/, **masło** 83%, **ogórek świeży**, **herbata** /200ml/. **A:1,6,7.**

## Wtorek 31.01.2023

Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **kawa mleczna** /200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **masło** 83%, **serek do chleba**/12g/(pochodne mleka), **ser Gouda**/12g/(pochodne mleka), **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 schabowy panierowany** /60g/(jaja, olej rzepakowy, mąka pszenna, bułka tarta), **ziemniaki**/150g/, **fasolka szparagowa na maśle** /100g/, **kompot** /200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia). **A: 1,3,7,9.**

Podwieczorek: **Kaszka kuskus z owocami polana jogurtem** /200g/, **herbata** /200ml/. **A: 1,7.**

## Środa 01.02.2023

Śniadanie: **Zupa mleczna z płatkami owsianymi** /250ml/(mleko 2%), **pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło** 83%, **miód**/12g/, **dżem**/12g/ (100% owoców), **herbata** /200ml/. **A:1,7.**

Obiad: **Rosół z makaronem i natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka), (makaron nitka –mąka pszenna).

**Potrąka z udźca indyczego** /200g/ ( marchew, pietruszka, śmietana 18%, chrzan, mąka), **ziemniaki** /150g/, **ogórek kiszony**/90g/, **kompot** /200ml/(aronia, czarna porzeczka, wiśnia). **Bufet owocowy** **A: 1,7,9.**

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 02.02.2023

Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **kawa mleczna** /200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **masło** 83%, **wędlina drobiowa**/24g/, **rzodkiewka**, **herbata** /200ml/. **A:1,6,7.**

Obiad: **Kartoflanka zabieleną z natką pietruszki** /250ml/ (wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, natka), (śmietana 18%).

**Filet z piersi kurczaka w sosie słodko kwaśnym** /60g/(mąka ziemniaczana, papryka czerwona, zielona, żółta, marchew, cebula, ananas, imbir, sok pomarańczowy, ocet winny, koncentrat pomidorowy 30%), **ryż paraboliczny** /70g/, **kompot**/200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia). **A: 1,7,9.**

Podwieczorek: **Racuchy drożdżowe z cukrem pudrem** /180g/(mąka pszenna, kefir-pochodne mleka, olej rzepakowy), **herbata owocowa** /200ml/. **A: 1,3,7.**

**Piątek 03.02.2023**

Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **kakao** /200ml/(mleko 2%), **masło** 83%, **twaróg biały półtłusty**/12g/(pochodne mleka), **powidła śliwkowe**/12g/(100% owoców), **herbata** /200ml/.

**A: 1,7.**

Obiad: **Zupa brokułowa z zacierką na rosole** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, brokuły, marchewka, seler, pietruszka), (makaron zacierka- mąka pszenna).

**Filet z dorsza panierowany** /80g/ (jaja, olej rzepakowy, mąka pszenna, bułka tarta), **ziemniaki** /150g/, **surówka z marchewki i jabłka** /100g/, **kompot** /200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia).

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

Podwieczorek: **Pizza z szynką i serem**/150g/ /wypiek własny/(mąka pszenna, jaja, drożdże, ser mozzarella-pochodne mleka, szynka konserwowa, koncentrat pomidorowy 20%, ketchup), **herbata** /200ml/.

**A:1,6,7.**

**Poniedziałek 06.02.2023**

Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **kawa mleczna** /200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **masło** 83%, **serek Hochland**/12g/(pochodne mleka), **serek waniliowy**/12g/(pochodne mleka), **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 pomidorowy 30%)

**Naleśniki z dżemem, białym twarogiem i śmietaną** /250g/(ser półtłusty-pochodne mleka, mąka pszenna, jaja, olej, dżem 100% owoców, śmietana 18%), **kompot** /200ml/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia).

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

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** /30g/(mąka pszenna, ziarna zbóż), **parówki z szynki**/60g/, **masło** 83%, **ketchup**, **herbata** /200ml/.

**A: 1,6,7.**

**Wtorek 07.02.2023**

Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło** 83%, **jajecznica**/40g/, **herbata** /200ml/.

**A: 1,3,7.**

Obiad: **Zupa pomidorowa z ryżem** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, por, natka), (ryż, śmietana 18%, koncentrat pomidorowy 30%, pomidory krojone).

**Pierogi z mięsem i kapustą**/200g//wyrób własny/(mięso wieprzowe, kapusta kiszona, mąka pszenna, jaja), **kompot**/200ml/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia).

**Bufet warzywny**

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

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

**A: 1,7.**

**Środa 08.02.2023**

Śniadanie: **Zupa mleczna z kluskami lanymi** /250ml/(jajka, mąka, mleko 2%), **pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło** 83%, **jabłko prażone**12g/(100% owoców), **dżem**/12g/(100% owoców), **herbata** /200ml/.

**A: 1,3,7.**

Obiad: **Barszcz biały z ziemniakami** /250ml/(wywar kostny, mąka żytnia, boczek, żurek na zakwasie, barszcz biały na zakwasie), (śmietana 18%).

**Zapiekanek makaronowa z kurczakiem i warzywami** /150g/(filet z kurczaka, papryka czerwona, cukinia, oliwa z oliwek, makaron, ser mozzarella, pomidory krojone), **kompot** /200ml/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia).

**A: 1,7,9.**

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** /30g/(mąka pszenna, ziarna zbóż), **wędlina drobiowa**/24g/, **masło** 83%, **rzodkiewka**, **herbata** /200ml/.

**A: 1,6,7.**

**Czwartek 09.02.2023**

Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **kawa mleczna** /200ml/(mleko 2%, jęczmień), **masło** 83%, **twarożek na słodko/na sło** /24g/(ser śmietankowy- pochodne mleka, śmietana 18%), **herbata z cytryną** /200ml/. **A: 1,7.**

Obiad: **Zupa ogórkowa z ziemniakami**/250ml/ (wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, ogórek kiszony), (śmietana 18%).  
**Gulasz wieprzowy** /80g/ (szynka wieprzowa, mąka pszenna, olej rzepakowy, włoszczyzna paski, papryka czerwona, śmietana 18%), **kasza gryczana**/70g/, **surówka z buraków i jabłka** /100g/, kompot /200ml/ (aronia, czarna porzeczka, wiśnia). **A: 1,7,9.**

Podwieczorek: **Jabłecznik na kruchym cieście** /120g//wypiek własny/(mąka pszenna, jaja, cynamon, jabłka), **herbata** /200ml/. **A: 1,3,7.**

**Piątek 10.02.2023**

Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło** 83%, **kakao** /200ml/(mleko 2%), **wędlina**/24g/, **papryka czerwona, herbata** /200ml/. **A: 1,6,7.**

Obiad: **Zupa krem z pieczarek z makaronem** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, pieczarka), (makaron-mąka pszenna, śmietana 18%).  
**Pulpet rybny w sosie koperkowym** /80g/(dorsz, morszczuk, mintaj, jaja, mąka pszenna, bułka tarta, mąka, śmietana 18%, olej rzepakowy), **ziemniaki** /150g/, **surówka z kiszonej kapusty** /100g/, **kompot**/200ml/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia). **A: 1,3,4,7,9.**

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** /30g/(mąka pszenna, ziarna zbóż), **jajko na twardo**/30g/, **masło** 83%, **szczypiorek, sałata, 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: