

Jadłospis

Poniedziałek 08.04.2024

Śniadanie: Kawa mleczna/200ml/(mleko2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska - gluten), **masło** 83%, **serek waniliowy**/12g/ (pochodne mleka), **serek do chleba**/12g/ (pochodne mleka), **papryka czerwona, herbata**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Zarzucajka kapuściana z ziemniakami, zabelana** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka, ziemniaki, kapusta kiszona, śmietana 18%).

Pierogi z serem, truskawkami i śmietaną/170g/(twaróg półtłusty, truskawka, mąka pszenna, jaja, śmietana 18%), **kompot**/200ml/ (aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **woda mineralna, jabłko**. A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem - gluten)/30g/, **masło 83%, szynka wiejska**/23g/, **pomidor, herbata**/200ml/. A: 1,6,7.

Wtorek 09.04.2024

Śniadanie: **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska - gluten), **masło** 83%, **filet z indyka** /10g/, **jajecznica**/40g/, **rzodkiewka, szczypiorek, herbata**/200ml/. A: 1,3,6,7.

Obiad: **Brokułowa zabelana z ziemniakami** i natką pietruszki /250ml/(wywar mięsno-warzywny: kurczak, skrzydło indycze, pręga wołowa, marchew, seler, pietruszka, brokuły, śmietana 18%, ziemniaki).

Gulasz drobiowy/80g/ (udziec z indyka, mąka, śmietana 18%), **kasza jęczmienna**/70g/, **surówka z białej kapusty**/100g/ (kapusta biała, marchew, jabłko, śmietana 18%), **kompot**/200ml/(aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **sok, mandarynka**. A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Rogal maślany** /25g/ (gluten), **budyń** /200ml/(budyń, mleko 2%), gruszka. A: 1,7.

Środa 10.04.2024

Śniadanie: **Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi**/210ml/(mleko 2%, płatki jęczmienne), **pieczywo mieszane** /25g/ (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska - gluten), **masło** 83%, **jabłka prażone** /12g/, **dżem brzoskwinowy**/12g/, **mandarynka, herbata**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Pomidorowa z ryżem** i natką pietruszki/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, śmietana 18%).

Kotlet mielony/60g/ (szynka wp., łopatka wp., jaja, bułka kajzerka, mąka), **ziemniaki**/150g/, **buraczki na ciepło**/100g/(buraki, masło 83%), **kompot**/200m/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), **woda mineralna, bufet warzywny**. A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Jogurt owocowy**/120g/(pochodne mleka), **biszkopty bezcukrowe**/10g/, **kiwi**. A: 1,7.

Czwartek 11.04.2024

Śniadanie: **Kakao**/200ml/ (mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska - gluten), **masło** 83%, **ser żółty**/12g/ (pochodne mleka), **polędwica sopocka** /12g/ **papryka żółta, herbata**/200ml/. A: 1,6,7.

Obiad: **Ogórkowa z ziemniakami** i natką pietruszki/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka, por, ogórki kiszane, ziemniaki, śmietana 18%).

Udziec z indyka w sosie śmietanowym do makaronu/170g/ (udziec z indyka, śmietana 36%, ser żółty makaron pióra - gluten), **ogórek konserwowy** /90g/, **kompot**/200m/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), **woda mineralna, pomarańcza**. A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Koktajl jogurtowo-owocowy**/200g/(kefir, jogurt naturalny typu greckiego, malina, truskawka), **ciasto drożdżowe**/30g/ A: 1,7.

Piątek 12.04.2024

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/ (mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/, **masło** 83%, **ser mozzarella**/12g/(pochodne mleka), **serek łaciaty**/12g/(pochodne mleka), **pomidor, herbata**/200ml/. **A: 1,7.**

Obiad: **Krupnik jęczmienny z natką pietruszki**/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna, ziemniaki).
Filet z dorsza/80g/ (filet z dorsza, jaja, mąka pszenna, bułka tarta, olej rzepakowy),
ziemniaki/150g/, **surówka z marchewki i jabłka**/100g/(marchewka, jabłko, cebula, śmietana 18%),
kompot/200ml/ (aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **sok, mandarynka.** **A: 1,3,4,7,9.**

Podwieczorek: **Bułeczka drożdżowa** /40g/ (mąka, jaja, drożdże, mleko), **mleko smakowe**/200ml/ (pochodne mleka). **A: 1,7.**

Poniedziałek 15.04.2024

Śniadanie: **Kakao**/200ml/(mleko2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/, **masło** 83%, **twarożek**/12g/ (pochodne mleka), **serek waniliowy**/12g/(pochodne mleka), **rzodkiewka, herbata**/200ml/. **A: 1,7.**

Obiad: **Barszcz biały z ziemniakami, kiełbasą i jajkiem** /250ml/(wywar kostny: kości schabowe surowe, kiełbasa śląska, jaja, barszcz biały – zakwas, ziemniaki, śmietana 18%).
Ryż paraboliczny z truskawkami i śmietaną/200g/(ryż, truskawka, śmietana 18%, cukier), **kompot**/200ml/ (aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **sok, jogurt.** **A: 1,3,6,7.**

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/, **masło 83%, szynka wiejska** /22g/, **papryka czerwona, herbata**/200ml/. **A: 1,6,7.**

Wtorek 16.04.2024

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane**(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(gluten), **masło** 83%, **ser żółty**/12g/(pochodne mleka), **serek do chleba**/12g/ (pochodne mleka), **pomidor, herbata**/200ml/. **A: 1,7.**

Obiad: **Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki**/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, wołowina, marchew, seler, pietruszka, kalafior, koncentrat pomidorowy, makaron zacierka, ziemniaki, śmietana 18%).
Spaghetti z sosem bolońskim /170g/ (łopatka wp., makaron spaghetti-gluten, cukinia, papryka czerwona, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, pomidory, ser żółty), **kompot**/200m/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), **woda mineralna, banan.** **A: 1,7,9.**

Podwieczorek: **Pudding z kaszy manny z malinami**/200g/(kasza manna, mleko 2%, maliny). **A: 1,7.**

Środa 17.04.2024

Śniadanie: **Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi** /210ml/(mleko 2%, płatki kukurydziane), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/, **masło** 83%, **miód**/12g/, **dżem truskawkowy**/12g/, **jabłko, herbata**/200ml/. **A: 1,7.**

Obiad: **Paprykowa z makaronem i natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka, papryka paski, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, makaron wstążka, śmietana 18%)

Bitka schabowa w sosie własnym /80g/ (schab wp., śmietana 18%, mąka pszenna- gluten), **kasza gryczana** /70g/, **surówka z kapusty pekińskiej**/100g/(kapusta pekińska, jabłko, marchew, papryka czerwona, kukurydza ziarno, śmietana 18%, majonez), **kompot** /200m/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), **jogurt, jabłko.** **A: 1,7,9.**

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/, **masło** 83%, **pasta rybna** /30g/ (filet z makreli w pomidorach, filet z makreli w oleju, jaja, majonez, szczypiorek), **sałata, herbata** /200ml/
A: 1,3,4,7.

Czwartek 18.04.2024

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko2%, jęczmień żyto), **pieczywo mieszane**(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/, **masło** 83%, **jajko na twardo**/40g/, **serek łaciaty** /10g/(pochodne mleka), **rzodkiewka, szczypiorek, sałata, herbata**/200ml/.
A: 1,3,7.

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

Filet z kurczaka ze szpinakiem i makaronem /170g/ (filet z kurczaka, szpinak, śmietana 36%, ser żółty, makaron pióra- gluten), **kompot**/200ml/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), **woda mineralna, kiwi**.
A: 1,7,9

Podwieczorek: **Chałka**/30g/, **masło** 83%, **twarożek malinami** /35g/(twaróg półtłusty- pochodne mleka, śmietana 18%, maliny), **kisiel** /200ml/
A: 1,7.

Piątek 19.04.2024

Śniadanie: **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane**(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/), **masło** 83%, **ser żółty**/12g/(pochodne mleka), **polędwica sopocka**/12g/, **papryka żółta, herbata** /200ml/.
A: 1,6,7.

Obiad: **Grycikowa na rosole z natką pietruszki** /250ml/ (wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, por, kasza manna).

Kotlet rybny/90g/(filet z morszczuka, filet z dorsza, jaja, bułka tarta- gluten, bułka kajzerka-gluten, olej rzepakowy, natka), **ziemniaki** /150g/, **surówka z kapusty kiszzonej** /100g/ (kapusta kiszona, jabłko, olej), **kompot**/200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), sok, gruszka.
A: 1,3,4,7,9.

Podwieczorek: **Jogurt owocowy** /120g/ (pochodne mleka), **chrupki kukurydziane** /10g/, pomarańcza.

A: 7.

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

Uwaga: Zastrzeżenie 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: