Jadłospis

Poniedziałek ***03.06.2024***

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

Obiad: **Zupa meksykańska z mięsem drobiowym**/250ml/(wywar drobiowo warzywny: filet z kurczaka, marchewka, seler, pietruszka, ziemniaki, fasola czerwona, kukurydza ziarno, pomidory krojone, koncentrat pomidorowy).

Ryż z truskawkami i śmietaną/170g/(truskawka, ryż paraboliczny, 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**/24g/, **papryka czerwona, herbata**/200ml/. A: 1,6,7.

Wtorek ***04.06.2024***

Śniadanie: **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska - gluten), **masło** 83%, **ser żółty** /12g/, **serek do chleba**/12g/, **rzodkiewka, herbata**/200ml/. A: 1,7.

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

Spaghetti z sosem bolońskim/200g/(szynka wieprzowa, ser żółty, papryka czerwona paski, cukinia kostka, włoszczyzna paski, pomidory krojone, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, makaron spaghetti), **kompot**/200ml/(aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **sok, jabłko**. A: 1,7,9.

Podwieczorek: **mleko smakowe** /200ml/, **pączusie serowe**/40g/. A: 1,7.

Środa ***05.06.2024***

Śniadanie: **Zupa mleczna z płatkami owsianymi**/210ml/(mleko 2%, płatki owsiane), **pieczywo mieszane**/25g/ (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska - gluten), **masło** 83%, **miód**/12g/, **dżem wiśniowy**/12g/, **kiwi**, **herbata**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Pomidorowa z makaronem** i natką pietruszki /250ml/(wywar mięsno- warzywny: kurczak, skrzydło indycze, pręga wołowa, m*archew, seler, pietruszka, pomidory krojone, koncentrat pomidorowy, śmietana 18%, makaron wstążki).*

Jajko sadzone/50g/, ziemniaki/150g/**, pomidor ze szczypiorkiem**/100g/, **kompot**/200ml/(aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **woda mineralna, mandarynka**. A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Budyń**/200g/, **chałka**/30g/, masło 83%, **jabłko**. A: 1,7.

Czwartek ***06.06.2024***

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska - gluten), **masło** 83%, **twarożek**/12g/ (pochodne mleka), **serek waniliowy**/12g/, **papryka żółta, herbata**/200ml/**.** A: 1,7.

Obiad: **Zalewajka z ziemniakami, kiełbasą i jajkiem**/250ml/(wywar na kościach wieprzowych i kiełbasie: kości wieprzowe surowe, boczek wędzony, kiełbasa podwawelska, jaja, barszcz biały zakwas, żurek, ziemniaki, śmietana 18%).

Filet z kurczaka/70g/ (filet z kurczaka, jaja, mąka pszenna-gluten, bułka tarta-gluten), **ziemniaki** /150g/, **mizeria/**100g/(ogórek, jogurt naturalny typu greckiego, koper), **kompot**/200m/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), **woda mineralna, gruszka.** A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Koktajl jogurtowo-owocowy**/200g/(kefir, jogurt naturalny typu greckiego, banan, gruszka), **biszkopty bezcukrowe**/10g/, **kiwi.** A:1,7.

Piątek **07.06.2024**

Śniadanie: **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/, **masło** 83%, **jajecznica**/40g/, **polędwica sopocka**/12g/, **sałata, szczypiorek, herbata**/200ml/**.** A: 1,3,6,7.

Obiad: **Zacierkowa na rosole** z natką pietruszki/250ml/(wywar mięsno warzywny: kurczak, indyk, goleń wołowa, marchew, seler, pietruszka, por, natka, makaron zacierka).

Filet z dorsza/100g/ (filet z dorsza, jaja, mąka pszenna, bułka tarta, olej rzepakowy), **ziemniaki**/150g/, **surówka z kiszonej kapusty**/100g/(kapusta kiszona, marchewka, jabłko), **kompot**/200ml/ (aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **sok, mandarynka.** A: 1,3,4,9.

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

Poniedziałek ***10.06.2024***

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

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

Leczo warzywne na kiełbasie/120g/(kiełbasa podwawelska, papryka mieszana, paski, cukinia, cebula, włoszczyzna paski, pomidory krojone, koncentrat pomidorowy), **ryż paraboliczny**/70g/, **kompot**/200ml/(aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **sok, jogurt.** A: 1,6,7.

Podwieczorek: ; **Pieczywo mieszane** (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/, **masło 83%, szynka wiejska**/24g/, **ogórek świeży, herbata**/200ml/. A: 1,6,7.

Wtorek ***11.06.2024***

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

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

Gulasz drobiowy /120g/ (udziec z indyka, filet z kurczaka, papryka czerwona paski, włoszczyzna paski, cebula, mąka pszenna-gluten, śmietana 18%, olej rzepakowy), **kasza gryczana**/70g/, **kalafior z masłem i bułką tartą**/80g/, **kompot**/200m/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), **woda mineralna, jogurt**. A:1,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/, masło 83%, pasta jajeczna z szynką konserwową** /30g/ (szynka konserwowa, jaja, majonez, szczypiorek), **sałata, herbata** /200ml**/.** A: 1,3,6,7.

Środa ***12.06.2024***

Śniadanie: **Zupa mleczna z zacierką** /210ml/(mleko 2%, makaron zacierka), **pieczywo mieszane**(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/, **masło** 83%, **powidła śliwkowe**/12g/, **dżem z czarnej porzeczki**/12g/, **jabłko, herbata**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Grysikowa na rosole z natką pietruszki**/250ml//(wywar mięsno-warzywny: kurczak, indyk, wołowina, marchew, seler, pietruszka, natka, kasza manna).

Łazanki /180g/ (wołowina b/k, łopatka wieprzowa, słonina, kapusta kiszona, cebula, makaron łazanki-mąka pszenna-gluten), **kompot** /200m/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), **sok, jabłko.** A:1,9.

Podwieczorek: **Jogurt owocowy**/120g/, **biszkopty bezcukrowe**/10g/, **kiwi.** 83%, A: 1,7.

Czwartek ***13.06.2024***

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), **szczypiorek, sałata, herbata**/200ml/. A: 1,3,7.

Obiad: **Jarzynowa z ziemniakami** i natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, wołowina, marchew, seler, pietruszka, bukiet warzyw, fasolka szparagowa, dynia kostka, koncentrat pomidorowy, ziemniaki, śmietana 18%).

Pulpet rybno-warzywny/100g/(filet z morszczuka, filet z dorsza, filet z mintaja, jaja, bułka tarta-gluten, bułka kajzerka-gluten, mąka pszenna-gluten, olej rzepakowy, papryka czerwona, włoszczyzna paski, cukinia kostka, koper), **ziemniaki**150g/, **surówka z marchewki i jabłka**/100g/(marchew, jabłko, cebula, śmietana), **kompot**/200m/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), **kiwi.** A: 1,3,4,7,9.

Podwieczorek: **Tosty z bułki pszennej z serem mozzarella i szynką**/80g/(bułka pszenna, masło 83%, ser mozzarella, szynka wieprzowa), **pomidor**, **dip jogurtowy** /30g/(jogurt naturalny typu Greckiego, czosnek), **herbata**. A: 1,6,7.

Piątek ***14.06.2024***

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

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

Filet z kurczaka/80g/(filet z kurczaka, jaja, bułka tarta- gluten, olej rzepakowy), **ziemniaki** /150g/, **ogórek świeży, pomidorki koktajlowe**, **kompot**/200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), sok, jabłko. A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Drożdżówka**/25g/, **woda mineralna, sok**. A: 1.

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

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: