

# Jadłospis

## **Poniedziałek 02.09.2024**

**Śniadanie:** **Zupa mleczna**/210ml/(mleko 2%, płatki kukurydziane), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka pszenna wrocławska - gluten), **masło** 83%, **serek do chleba**/24g/(pochodne mleka), **rzodkiewka**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

**Obiad:** **Jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: skrzydło z indyka, kalafior, brokuły, fasolka szparagowa, marchewka, seler, pietruszka, ziemniaki, kapusta kiszona, śmietana 18%).

**Makaron z serem i śmietaną**/200g/(makaron świder, twaróg półtłusty, śmietana 18%, cukier), **woda mineralna z sokiem**/200ml/, **nektarynka**. A: 1,7,9.

**Podwieczorek:** **Ciasteczka owsiane z żurawiną** /30g/, **herbata miętowa**/200ml/. A: 1,7.

## **Wtorek 03.09.2024**

**Śniadanie:** **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto, cykorja), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska - gluten), **masło** 83%, **jajko na twardo**/40g/, **sałata**, **szczypiorek**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,3,7.

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

**Kotlet schabowy**/60g/ (schab wp., mąka, jaja, bułka tarta- gluten, olej rzepakowy), **ziemniaki**/150g/, **mizeria**/100g/ (ogórek świeży, jogurt naturalny typu greckiego), **woda mineralna**/200ml/, **sok**, **gruszka**. A: 1,3,7,9.

**Podwieczorek:** **Jogurt owocowy** /150g/ (pochodne mleka), **biszkopty bezcukrowe** /10g/, A: 1,3,7.

## **Środa 04.09.2024**

**Śniadanie:** **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane**/25g/ (bułka kajzerka, bułka pszenna wrocławska- gluten), **masło** 83%, **twarożek ze szczypiorkiem**/24g/ (twaróg półtłusty, śmietana 18%, szczypiorek), **papryka czerwona**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

**Obiad:** **Rosół drobiowy z makaronem** i natką pietruszki/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, marchew, seler, pietruszka, por).

**Potrawka z kurczaka**/80g/ (kurczak, śmietana 18%, marchewka, pietruszka, seler, mąka), **ziemniaki**/150g/, **ogórek kiszony**/100g/, **woda mineralna**, /200ml/, **banan**. A: 1,7,9.

**Podwieczorek:** **Ciasto ucierane**/30g/(gluten), **soczek owocowy**/200ml/, **kiwi**. A: 1,7.

## **Czwartek 05.09.2024**

**Śniadanie:** **Kawa mleczna**/200ml/ (mleko 2%, jęczmień, żyto, cykorja), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka pszenna wrocławska - gluten), **masło** 83%, **połudwica sopocka**/24g/, **pomidor**, **herbata cytryną**/200ml/. A: 1,7.

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

**Filet z indyka w sosie słodko-kwaśnym**/100g/ (filet z indyka, marchew, papryka czerwona, papryka żółta, pomidory krojone, ketchup, ananas plastry, miód), **ryż** /70g/, **woda mineralna**/200ml/, **morela**. A: 1,7,9.

**Podwieczorek:** **Cynamonki drożdżowe**/50g/, **herbata owocowa**/200ml/, **śliwka**. A: 1,6,7.

### **Piątek 06.09.2024**

**Śniadanie:** **Kakao**/200ml/ (mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska- gluten)/25g/, **masło** 83%, **ser żółty**/24g/(pochodne mleka), **papryka czerwona**, **herbata z cytryną**/200ml/. A:1,7.

**Obiad:** **Fasolowa z makaronem** /250ml/ (wywar drobiowo warzywny: skrzydło indycze, kiełbasa śląska, marchew seler, pietruszka, fasola biała, makaron)

**Filet z dorsza w jarzynie**/150g/ (filet z dorsza, jaja, mąka pszenna, bułka tarta, marchewka, pietruszka, seler, por, papryka czerwona, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy), **ziemniaki**/150g/, **woda mineralna z sokiem jabłkowym**/200ml, **śliwka**. A:1,3,4,7,9.

**Podwieczorek:** **Jogurt owocowy**/150g/ (pochodne mleka), **chrupki kukurydziane**/10g/. A: 7.

### **Poniedziałek 09.09.2024**

**Śniadanie:** **Zupa mleczna**/200ml/(mleko2%, płatki kukurydziane), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka pszenna wrocławska)/25g/, **masło** 83%, **serek do łąciaty**/24g/ (pochodne mleka), **rzodkiewka**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

**Obiad:** **Barszcz ukraiński z ziemniakami i natką pietruszki**/250ml/(wywar drobiowo warzywny: skrzydło indycze, marchewka, pietruszka seler, por, buraki, fasola biała, koncentrat barszczu czerwonego, ziemniaki, śmietana 18%).

**Ryż ze śmietaną**/200g/(ryż, śmietana 18%, cukier), **sok jabłkowy**/200ml/, **nektarynka**. A: 1,7,9.

**Podwieczorek:** **Ciasto drożdżowe**/25g/, **mleko smakowe**/200ml/. A: 1,3,7.

### **Wtorek 10.09.2024**

**Śniadanie:** **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(gluten), **masło** 83%, **pasta jajeczna**/24g/(jaja, szczypiorek, majonez), **papryka czerwona**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

**Obiad:** **Zarzućka z kiszoną kapustą i ziemniakami**/250ml/(wywar drobiowo warzywny: skrzydło indycze, kiełbasa podwawelska, marchew, seler, pietruszka, kapusta kiszona, ziemniaki).

**Gulasz wieprzowy** /80g/ (mięso od szynki, cebula, mąka pszenna, śmietana 18%), **kasza jęczmienna**/70g/, **ogórek kiszony**/80g/, **woda mineralna**/200ml/, **banan**. A: 1,6,7,9.

**Podwieczorek:** **Wafle ryżowe** /20g/, **jogurt owocowy**/140g/ A: 7.

### **Środa 11.09.2024**

**Śniadanie:** **Kakao** /200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane**/25g/(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna- gluten, **masło** 83%, **serek waniliowy**/24g/, **marchewka**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

**Obiad:** **Krupnik jęczmienny z ziemniakami**/250ml/(wywar drobiowo warzywny: skrzydło indycze, marchewka, pietruszka, seler, por, kasza jęczmienna, ziemniaki).

**Spaghetti z sosem bolońskim** /170g/ (mięso od szynki, marchewka pietruszka, seler, papryka, cebula, czosnek, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, ser żółty, makaron spaghetti), **woda mineralna z sokiem pomarańczowym**/200m/, **morela**. A: 1,9.

**Podwieczorek:** **Drożdżówki mini**/35g/, **herbata owocowa**/200ml/ A: 1,3,7.

### **Czwartek 12.09.2024**

**Śniadanie:** **Kawa mleczna**/200ml/(mleko2%, jęczmień, żyto, cykoria), **pieczywo mieszane**(bułka kajzerka, bułka pszenna wrocławska)/25g/, **masło** 83%, **ser żółty**/24g/(pochodne mleka), **papryka żółta**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

**Obiad:** **Zacierkowa na rosole**/250ml/(wywar drobiowo warzywny: skrzydło indycze, marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka).

**Kotlet mielony**/70g/ (mięso od szynki, jaja, bułka tarta, bułka kajzerka, mąka pszenna, olej rzepakowy), **ziemniaki**/150g/, **surówka z marchwi i jabłka**/100g/(marchewka, jabłko, śmietana 18%), **woda**

mineralna/200ml/, kiwi.

A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Pączusie serowe/35g/**, **herbata miętowa /200ml/**

A: 1,7.

**Piątek 13.09.2024**

**Śniadanie:** **Kakao/200ml/**(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane**(bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ ), **masło 83%**, **twarożek ze szczypiorkiem/24g/**(twaróg półtłusty, śmietana 18%, szczypiorek), **rzodkiewka**, **herbata z cytryną/200ml/**.

A: 1,7.

**Obiad:** **Zalewajka z ziemniakami i kiełbaską/250ml/**(wywar drobiowo warzywny: skrzydło indycze, kiełbasa, barszcz biały zakwas, cebula, czosnek, śmietana 18%, ziemniaki)

**Filet z dorsza/80g/**(filet z dorsza, jaja, bułka tarta- gluten, olej rzepakowy), **ryż /90g/**, **surówka z kapusty kiszonej /100g/** (kapusta kiszona, kminek), **woda mineralna z sokiem jabłkowym/200ml/**, gruszka.

A: 1,3,4,6,9.

**Podwieczorek:** **Batonik zbożowy /40g/** (mąka pszenna wieloziarnista, mąka ryżowa, mąka kukurydziana, cukier, mleko w proszku, kakao), **herbata owocowa /200ml/**.

A: 1.7.

Między posiłkami dzieci otrzymują wodę mineralną lub soki owocowe.

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:

