

Jadłospis

Poniedziałek 16.09.2024

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), papryka czerwona, herbata z cytryną/200ml/. A: 1,7.

Obiad: Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo warzywny: skrzydło z indyka, kalafior, marchewka, seler, pietruszka, ziemniaki, śmietana 18%).

Makaron z truskawkami i śmietaną/200g/(makaron świder, truskawka, śmietana 18%, cukier), woda mineralna/200ml/, sok, nektarynka. A: 1,7,9.

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

Wtorek 17.09.2024

Śniadanie: Kawa mleczna/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto, cykoria), pieczywo mieszane /25g/(bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska - gluten), masło 83%, twarożek/24g/(pochodne mleka), rzodkiewka, herbata z cytryną/200ml/. A: 1,7.

Obiad: Solferino z ziemniakami, zacierką i natką pietruszki /250ml/(wywar mięsno-warzywny: skrzydło indycze, marchew, seler, pietruszka, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, śmietana 18%, ziemniaki, makaron zacierka).

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

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

Środa 18.09.2024

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

Obiad: Ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki/250ml/(wywar mięsno-warzywny: skrzydło indycze, marchewka, pietruszka, seler, ogórek kiszony, ziemniaki, śmietana 18%).

Łazanki z kapustą kiszoną i mięsem/180g/ (szynka wp., kapusta kiszona, makaron łazanki), woda mineralna 200ml/, sok, mandarynka. A: 1,6,7,9.

Podwieczorek: Mini drożdżówki z serem/60g/(gluten), herbata owocowa/200ml/, kiwi. A: 1,7.

Czwartek 19.09.2024

Śniadanie: Kawa mleczna/200ml/ (mleko 2%, jęczmień, żyto, cykoria), pieczywo mieszane /25g/(bułka kajzerka, bułka pszenna wrocławska - gluten), masło 83%, polędwica sopocka/24g/, papryka żółta, herbata cytryną/200ml/. A: 1,6,7.

Obiad: Rosół z makaronem i natką pietruszki/250ml/(wywar drobiowo warzywny: skrzydło indycze, marchewka, seler, pietruszka, por, makaron nitka).

Potrąwka z kurczaka/100g/ (kurczak, marchewka, pietruszka, seler, śmietana 18%, chrzan,), ziemniaki /150g/, sałata ze śmietaną /60g/ (sałata masłowa, śmietana 18%), woda mineralna/200ml/, sok, morela. A: 1,7,9.

Podwieczorek: Batonik zbożowy/30g/, herbata owocowa/200ml/, śliwka. A: 1,7.

Piątek 20.09.2024

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

Obiad: **Grochowa z makaronem** /250ml/ (wywar drobiowo warzywny: skrzydło indycze, kielbasa śląska, marchew seler, pietruszka, groch łuskany, makaron świder).

Filet z dorsza /80g/ (filet z dorsza, jaja, mąka pszenna, bułka tarta, olej rzepakowy), **ziemniaki**/150g/, **surówka z kiszzonego ogórka**/100g/, /100g/(ogórek kiszony, marchewka, jabłko, ananas, olej), **woda mineralna**/200ml/, **sok, śliwka**. A:1,3,4,7,9.

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

Poniedziałek 23.09.2024

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

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

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

Podwieczorek: **Chałka**/30g/, **masło** 83%, **mleko smakowe**/200ml/. A: 1,7.

Wtorek 24.09.2024

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(gluten), **masło** 83%, **szynka wiejska**/24g/ **rzodkiewka, herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,6,7.

Obiad: **Grycikowa na rosole z ziemniakami i natką pietruszki**/250ml/(wywar drobiowo warzywny: skrzydło indycze, marchew, seler, pietruszka, kasza manna, ziemniaki).

Spaghetti z sosem bolońskim /180g/ (mięso od szynki, cebula, marchewka, pietruszka, seler, cukinia, papryka czerwona, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, ser żółty, makaron spaghetti), **woda mineralna**/200ml/, **sok, banan**. A: 1,9.

Podwieczorek: **Pączusie serowe** /60g/, **herbata owocowa z cytryną**/200ml/ A: 1,7.

Środa 25.09.2024

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

Obiad: **Pomidorowa z ryżem i natką pietruszki**/250ml/(wywar drobiowo warzywny: skrzydło indycze, marchewka, pietruszka, seler, por, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, ryż).

Filet z indyka /60g/ (filet z indyka, jaja, mąka pszenna, bułka tarta), **ziemniaki** /150g/, **surówka z selera z rodzynkami** /100g/, **woda mineralna** 200m/, **sok, morela**. A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Jogurt owocowy**/150g/, **biszkopty bezcukrowe**/20g/ A: 1,7.

Czwartek 26.09.2024

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko2%, jęczmień, żyto, cykoria), **pieczywo mieszane**(bułka kajzerka, bułka pszenna wrocławska)/25g/, **masło** 83%, **twarożek**/24g/(pochodne mleka), **rzodkiewka, 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/, **mizeria/100g/**(ogórek świeży, jogurt), **woda mineralna/200ml/**, **kiwi. A: 1,3,7,9.**

Podwieczorek: Mini drożdżówki/60g/, **herbata owocowa /200ml/**

A: 1,7.

Piątek 27.09.2024

Śniadanie: Kakao/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane**(bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/), **masło 83%**, **ser żółty/24g/**(pochodne mleka), **ogórek świeży**, **herbata z cytryną/200ml/**.

A: 1,7.

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

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

A: 1,3,4,6,7,9.

Podwieczorek: Jogurt owocowy /150g/ , **wafle ryżowe /40g/**.

A: 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:

