

# Jadłospis

## **Poniedziałek 03.02.2025**

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

**Obiad:** **Grochowa z ziemniakami i natką pietruszki /250ml/**(wywar mięsno - warzywny: kości wędzone, kiełbasa podwawelska, marchewka, seler, pietruszka, groch łuskany, ziemniaki).

**Ryż paraboliczny z jabłkiem prażonym/180g/**(ryż, jabłka prażone, cukier), **woda mineralna/200ml/**, **sok, jogurt**. **A: 1,3,6,7.**

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

## **Wtorek 04.02.2025**

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

**Obiad:** **Zacierkowa na rosole z natką pietruszki /250ml/**(wywar mięsno- warzywny: kurczak, skrzydło indycze, pręga wołowa, marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka - gluten).

**Filet z kurczaka/60g/** (filet z kurczaka, mąka, jaja, bułka tarta, olej rzepakowy), **ziemniaki/150g/**, **surówka z marchwi i jabłka/100g/** (marchew, jabłko, śmietana 18%), **woda mineralna/200ml/**, **sok, mandarynka**. **A: 1,7,9.**

**Podwieczorek:** **Mini drożdżówki /35g/** (mąka, jaja, margaryna, drożdże, cukier, jabłka), **mleko smakowe /200ml/** (pochodne mleka)/. **A: 7.**

## **Środa 05.02.2025**

**Śniadanie:** **Zupa mleczna z płatkami ryżowymi/210ml/**(mleko 2%, płatki ryżowe), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska), **masło 83%**, **powidła śliwkowe/12g/**, **miód/12g/**, **gruszka, herbata/200ml/**. **A: 1,7.**

**Obiad:** **Zupa z soczewicy z ziemniakami i natką pietruszki/250ml/**(wywar drobiowo warzywny: skrzydło indycze, kurczak, marchew, seler, pietruszka, soczewica, koncentrat pomidorowy, ziemniaki, śmietana 18%).

**Pulpet wieprzowy w sosie własnym/80g/** (szynka wp., łopatka wp., jaja, bułka kajzerka, mąka, śmietana 18%), **kasza jęczmienna/70g/**, **kalafior, brokuły z wody/100g/**(kalafior, brokuły), **woda mineralna/200ml/**, **sok, gruszka**. **A: 1,3,7,9.**

**Podwieczorek:** **Budyń/200g/** (budyń, mleko 2%), **rogal maślany/25g/**, **masło 83%**, **jabłko**. **A: 1,7.**

## **Czwartek 06.02.2025**

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

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

**Łazanki z kapustą i mięsem /180g/** (mięso wołowe, mięso wieprzowe, kapusta kiszona, makaron łazanki- gluten), **woda mineralna/200ml/**, **bufet warzywny**. **A: 1,7,9.**

**Podwieczorek:** **Kasza kuskus z jogurtem i owocami /150g/** (kasza kuskus, jogurt typu greckiego, mandarynka, banan, żurawia suszona), **herbata/200ml/**. **A: 1,7.**

**Piątek 07.02.2025**

**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:** **Paprykowa z makaronem i natką pietruszki**/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, skrzydło indycze, marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka- gluten).

**Filet z dorsza**/80g/ (filet z dorsza, jaja, mąka pszenna, bułka tarta, olej rzepakowy), **ziemniaki**/150g/, **surówka z buraków i kiszonej kapusty**/100g/(buraki, kapusta kiszona, olej), **woda mineralna**/200ml/, **sok**, **mandarynka**. **A: 1,3,4,7,9.**

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

**Poniedziałek 10.02.2025**

**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:** **Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo - warzywny: skrzydło indycze, kurczak, marchewka, pietruszka, seler, ziemniaki, śmietana 18%).

**Pierogi z serem i śmietaną**/170g/(twaróg półtłusty, mąka pszenna, jaja, śmietana 18%), **woda mineralna** /200ml/, **jabłko**. **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 11.02.2025**

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

**Spaghetti z sosem bolońskim** /170g/ (łopatka wp., makaron spaghetti- gluten, cukinia, papryka czerwona, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, pomidory, ser żółty), **woda mineralna** /200ml/, **banan**. **A: 1,7,9.**

**Podwieczorek:** **Gruszka pieczona z cynamonem** /100g/, **biszkopty bezcukrowe**/10g/, **mleko smakowe** /200ml/ (pochodne mleka). **A: 1,7.**

**Środa 12.02.2025**

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

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

**Gulasz wieprzowy** /80g/ (szynka wp., śmietana 18%, mąka pszenna- gluten), **kasza gryczana**/70g/, **marchewka duszona**/100g/(marchew, masło 83%), **woda mineralna** /200ml/, **pomarańcza**. **A: 1,3,9.**

**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 13.02.2025**

**Śniadanie:** **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, 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:** **Kapuśniak zabielały z ziemniakami** i natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, wołowina, marchew, seler, pietruszka, kapusta kiszona, ziemniaki, śmietana 18%).

**Filet z indyka w sosie słodko - kwaśnym** /120g/ (filet z indyka, marchewka, papryka czerwona, pomidory krojone, miód, ananas), **ryż** /70g/, **woda mineralna** /200ml/, **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 14.02.2025**

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

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

**Filet z dorsza**/80g/(filet z dorsza, jaja, bułka tarta- gluten, olej rzepakowy), **ziemniaki** /150g/, **surówka z kiszonej kapusty** /100g/ (kapusta kiszona, marchewka, jabłko, olej), **woda mineralna**/200ml/ gruszka. **A: 1,3,4,7,9.**

**Podwieczorek:** **Serniczek jogurtowy z owocami** /120g/ (jogurt naturalny, galaretka owocowa, żurawina suszona, kiwi), **chrupki kukurydziane** /10g/. **A: 7.**

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: