

# Jadłospis

## Poniedziałek 17.03.2025

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

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

**Makaron ze szpinakiem, suszonymi pomidorami i mozzarellą**/180g/(makaron pióra, szpinak, pomidory suszone, mozzarella, jogurt naturalny, oliwa z oliwek), **woda mineralna**/200ml/, **mandarynka**. A:1,7,9

**Podwieczorek:** **Pieczywo mieszane**(chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/, **masło 83%**, **parówka**/24g/, **ketchup**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,6,7.

## Wtorek 18.03.2025

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

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

**Filet z piersi indyka**/60g/ (pierś z indyka, jaja, mąka pszenna, bułka tarta, olej rzepakowy), **ziemniaki**/150g/, **surówka z marchewki i jabłka**/80g/(marchewka, jabłko, śmietana 18%), **kompot**/200ml/, **sok**, **gruszka**. A: 1,3,6,7,9.

**Podwieczorek:** **Rogal maślany**/30g/, **masło** 83%, **twarożek z truskawkami** /25ml/(twaróg półtłusty, truskawki, jogurt typu greckiego, cukier), **herbata**/200ml/. A: 1,7.

## Środa 19.03.2025

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

**Obiad:** **Fasolowa z ziemniakami i natką pietruszki**/250ml/(wywar mięsno-warzywny: skrzydło indycze, kurczak, marchewka, pietruszka, seler, fasolka szparagowa, ziemniaki, śmietana 18%).

**Spaghetti z sosem bolońskim**/180g/(szynka wieprzowa b/k, makaron spaghetti, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, cebula, cukinia kostka, włoszczyzna paski, papryka czerwona, ser żółty, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy), **woda mineralna** /200ml/, jabłko. A: 1,7,9

**Podwieczorek:** **Pieczywo mieszane**/30g/(chleb tradycyjny, chleb z ziarnem, **pasta jajeczna z szynką**/40g/(jaja, szynka konserwowa, majonez kielecki, szczypior), **masło** 83%, **herbata z cytryną** /200ml/. A: 1,3,6,7.

## Czwartek 20.03.2025

**Śniadanie:** **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka grahamka, bułka żytnia, bułka pszenna wrocławska), **masło** 83%, **serek Hochland**/12g/(pochodne mleka), **serek do chleba**/12g/, **rzodkiewka**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

**Obiad:** **Zupa paprykowa z ziemniakami** /250ml/(wywar mięsno-warzywny: kurczak, indyk, marchewka, pietruszka, seler, por, natka, papryka czerwona, pomidory krojone, koncentrat pomidorowy, , ziemniaki, śmietana 18%).

**Gulasz wieprzowy**/80g/ (szynka wp. mąka pszenna, papryka czerwona śmietana 18%), **kasza gryczana**/70g/ **ogórek świeży** /70g/, **woda mineralna**/200ml/, **bufet owocowy**. A: 1,7,9.

**Podwieczorek:** **Jogurt owocowy**/150g/ (pochodne mleka), **chałka**/30g/, **masło** 83%, **herbata**/200ml/ A: 1,3,7.

### **Piątek 21.03.2025**

**Śniadanie:** Kawa mleczna/200ml/ (mleko 2%, jęczmień, żyto, cykorja), **pieczywo mieszane** (bułka żytnia, bułka kajzerka, bułka pszenna wrocławska)/25g/, **masło** 83%, **połędwica sopocka**/12g/, **ser żółty**/12g/  
**papryka czerwona, herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,7.**

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

**Filet z dorsza** /80g/ (filet z dorsza, jaja, mąka pszenna, bułka tarta, olej rzepakowy), **ziemniaki**/150g/,  
**surówka z kiszanej kapusty**/100g/(kapusta kiszona, cebula, jabłka, olej), **woda mineralna**/200ml/, **jabłko**.  
**A:1,3,4,7,9.**

**Podwieczorek:** **Pasztet** /40g/(łopatka wieprzowa, podgardle, wątróbka z kurczaka, włoszczyzna, jaja, bułka kajzerka), **pieczywo mieszane**/30g/, **masło** 83%, **herbata**/200ml/. **A: 1,3,9.**

### **Poniedziałek 24.03.2025**

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

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

**Pierogi z serem i śmietaną**/180g/(twaróg półtłusty, mąka pszenna, śmietana 18%), **kompot, gruszka**.  
**A: 1,7,9.**

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

### **Wtorek 25.03.2025**

**Śniadanie:** Kawa mleczna/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto, cykorja), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka grahamka, bułka kajzerka, bułka pszenna wrocławska), **masło** 83%, **jajecznicza**/40g/, ser żółty/12g/, **sałata, szczypiorek, herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,3,7.**

**Obiad:** **Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki** /250ml/(wywar mięsno- warzywny: udziec z indyka, marchew, seler, pietruszka, por, kalafior, śmietana 18%, ziemniaki).

**Bitka schabowa w sosie chrzanowym**/80g/ (schab, mąka pszenna, chrzan, cebula, śmietana 18%, olej rzepakowy), **kasza jęczmienna** /70g/, **buraczki na ciepło**(buraki, masło 83%) /70g/, **woda mineralna**/200ml/, **pomarańcza**. **A: 1,7,9.**

**Podwieczorek:** **Tosty z bułki pszennej z wędliną i serem mozzarella**/40g/(bułka pszenna, masło 83%, szynka konserwowa, ser mozzarella), **dip jogurtowy**(jogurt naturalny, czosnek), **herbata z cytryną** /200ml/.  
**A: 1,6,7.**

### **Środa 26.03.2025**

**Śniadanie:** **Zupa mleczna**/210ml/(mleko 2%, makaron zacierka), **pieczywo mieszane**/25g/ (bułka kajzerka, bułka żytnia, bułka pszenna wrocławska- gluten), **masło** 83%, **jabłka prażone**/12g/, dżem z czarnej porzeczki/12g/, **herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,7.**

**Obiad:** **Krupnik ryżowy na rosole**/250ml/(wywar mięsno - warzywny: kurczak, skrzydło z indyka, goleń wołowa, marchewka, seler, pietruszka, por, natka, ryż).

**Kotlet pożarski**/90g/ (udziec z indyka, filet z kurczaka, jaja, bułka kajzerka, bułka tarta, mąka pszenna, olej rzepakowy), **ziemniaki**/150g/, **surówka Colesław**/100g/(kapusta biała, cebula, marchew, cytryna, majonez kielecki), **woda mineralna**/200ml/, **gruszka**. **A: 1,3,7,9.**

**Podwieczorek:** **Budyń**/150ml/(mleko 2%, budyń śmietankowy), **chałka**/30g/, **masło** 83%. **A: 1,7.**

### **Czwartek 27.03.2025**

**Śniadanie:** **Kakao**/200ml/ (mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka żytnia, bułka pszenna wrocławska), **masło** 83%, **twarożek**/12g/(twaróg półtłusty, śmietana 18%), **serek waniliowy** /12g/(pochodne mleka), **rzodkiewka, herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,7.**

**Obiad:** **Barszcz biały z kiełbasą i ziemniakami**/250ml/(wywar na kościach wieprzowych i kiełbasie: kości schabowe, kiełbasa podwawelska, barszcz biały, żurek, cebula, czosnek, ziemniaki, śmietana 18%).

**Łazanki/200g/** (topatka wieprzowa, wołowina, podgardle, cebula, kapusta kiszona, makaron łazanki), **bufet warzywny.** A: 1,3,6,7,9.

**Podwieczorek: Gruszka pieczona /200g/(gruszka miód, cynamon), mini drożdżówki/30g./, herbata owocowa /200ml/** A: 1.

**Piątek 28.03.2025**

**Śniadanie: Kawa mleczna/200ml/** (mleko 2%, jęczmień, żyto, cykorja), **pieczywo mieszane** (bułka żytnia, bułka kajzerka, bułka pszenna wrocławska)/25g/, **masło 83%, ser żółty/12g/(pochodne mleka), polędwica sopocka /12g/ ogórek świeży, herbata z cytryną/200ml/.** A: 1,6,7.

**Obiad: Zupa koperkowa z ryżem/250ml/** (wywar drobiowo - warzywny: skrzydło indycze, marchew, seler, pietruszka, por, koperek, ryż, śmietana 18%).

**Filet z dorsza /80g/** (filet z dorsza, jaja, mąka pszenna, bułka tarta, olej rzepakowy), **ziemniaki/150g/, surówka z marchewki i jabłka/100g/(marchewka, jabłko, śmietana 18%), woda mineralna/200ml/, jabłko.** A: 1,3,4,9.

**Podwieczorek: Mleko smakowe/200ml/, chrupki kukurydziane/20g/.** 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