

Jadłospis

Poniedziałek **12.05.2025**

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

Obiad: **Buraczkowa z ziemniakami i natką pietruszki**/250ml/ (wywar mięsno-warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, por, buraki, ziemniaki, śmietana 18%).

Kopytka serowe z masłem i bułką tartą/150g/(twaróg półtłusty, mąka pszenna, mąka ziemniaczana, jaja, masło 83%, bułka tarta), **woda mineralna**, **gruszka**. A: 1,7,9

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

Wtorek **13.05.2025**

Śniadanie: **Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi**/200ml/(mleko 2%, płatki kukurydziane), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska - gluten), **masło** 83%, **dżem truskawkowy**/12g/, **miód**/12g/, **herbata z cytryną**/200ml/ A: 1,7

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

Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym/100g/(szynka wp b/k, ryż, kapusta pekińska, cebula, koncentrat pomidorowy, pomidory), **ziemniaki**/150g/, **woda mineralna**, **bufet warzywny**. A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Placuszki na kefirze z jabłkami**/100g/(mąka pszenna, jaja, kefir, cukier, cukier waniliowy, proszek do pieczenia, jabłka), **mleko smakowe** /200ml/. A: 1,7.

Środa **14.05.2025**

Śniadanie: **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane**/25g/ (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska - gluten), **masło** 83%, **serek waniliowy**/12g/(pochodne mleka), **serek łąciaty**/12g/(pochodne mleka), **papryka czerwona**, **herbata**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka, natka, kalafior, brokuły, fasolka szparagowa, brukselka, ziemniaki, śmietana 18%).

Naleśnik z białym serem i śmietaną/150g/ (mąka pszenna, jaja, mleko, twaróg półtłusty, cukier, cukier waniliowy, śmietana 18%), **woda mineralna**, **bufet warzywny**. A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Pizza z serem mozzarella i szynką**/100g/(mąka pszenna, ser mozzarella, szynka wiejska, pomidory, drożdże), **ketchup**, **herbata**/200ml/ A:1,6,7.

Czwartek **15.05.2025**

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane**(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(gluten), **masło** 83%, **jajecznica**/40g/, **ser żółty**/10g/(pochodne mleka), **sałata**, **szcypiorek**, **herbata**/200ml/. A: 1,3,7.

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

Gulasz wieprzowy/80g/(szynka wieprzowa, śmietana 18%, mąka pszenna- gluten), **kasza jęczmienna** /70g/ **fasolka szparagowa z wody** /100g/, **woda mineralna**, **jabłko**. A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Kasza kuskus z jogurtem i owocami**/200g/(kasza kuskus, jogurt naturalny, kiwi, mandarynka, płatki migdałowe). A: 1,7

Piątek 16.05.2025

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

Obiad: **Zacierkowa na rosole** i natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka, por, makaron zacierka).

Filet z dorsza w jarzynce/150g/ (filet z dorsza, jaja, mąka pszenna- gluten, bułka tarta- gluten, olej rzepakowy, marchewka, pietruszka, seler, cebula, koncentrat pomidorowy), **ziemniaki**/150g/, **woda mineralna z soki**, **banan**.

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

Podwieczorek: **Koktajl jogurtowo - owocowy**/200ml/(kefir, jogurt typu greckiego, banan, gruszka), **biszkopty bezcukrowe**.

A: 1,6,7.

Poniedziałek 19.05.2025

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/, **masło 83%**, **twarożek**/12g/ (twaróg półtłusty, śmietana 18%), **serek waniliowy**/12g/(pochodne mleka), **rzodkiewka**, **herbata**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Pomidorowa z makaronem** i natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, makaron świder, śmietana 18%).

Pierogi z serem i śmietaną/150g/(twaróg półtłusty, mąka pszenna- gluten, jaja, śmietana 18%), **woda mineralna**, **jabłko**.

A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/, **masło 83%**, **polędwica sopocka**/24g/, **papryka żółta**, **herbata** /200ml/. A: 1,6,7.

Wtorek 20.05.2025

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

Obiad: **Pieczarkowa z makaronem** i natką pietruszki/250ml/(wywar mięsno warzywny: kurczak, indyk, goleń wołowa, marchew, seler, pietruszka, por, pieczarki, makaron świder, śmietana 18%).

Pulpet drobiowy w sosie własnym/60g/ (udziec z indyka, cebula, mąka pszenna, śmietana 18%), **kasza jęczmienna** /70g/, **mizeria** /100g/ (ogórek świeży, jogurt typu greckiego), **woda mineralna**, **kiwi**. A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Gruszka pieczona** /100g/, **mini drożdżówki z serem** /35g/(mąka pszenna, jaja, mleko, drożdże twaróg półtłusty, cukier, masło), **herbata** /200ml/. A: 1,3,7.

Środa 21.05.2025

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

Obiad: **Koperkowa z ryżem**/250ml/(wywar mięsno-warzywny: kurczak, indyk, wołowina, marchew, seler, pietruszka, koper, ryż, śmietana 18%).

Filet z kurczaka /60g/(filet z kurczaka, jaja, bułka tarta, mąka pszenna- gluten, olej rzepakowy), **ziemniaki**/150g/, **surówka z marchwi i jabłka**/100g/(marchew, jabłko, śmietana 18%), **woda mineralna**, **banan**.

A:1,3,7,9.

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

Czwartek 22.05.2025

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane**(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(gluten), **masło** 83%, **serek łaciaty**/12g/(pochodne mleka), **serek mozzarella**/12g/(pochodne mleka), **pomidor**, **herbata**/200ml/. A: 1,3,6,7.

Obiad: **Zalewajka z ziemniakami, kielbasą i jajkiem** /250ml/ (wywar kostny: kości schabowe surowe, kielbasa podwawelska, jaja, barszcz biały zakwas, ziemniaki, śmietana 18%).

Łazanki z mięsem i kapustą kiszoną/180g/(mięso wołowe, szynka wp, kapusta kiszona, cebula, makaron łazanki), **woda mineralna, banan**. A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Rogal maślany**/25g/, **masło** 83%, **twarożek z malinami i jogurtem** /25g/(twaróg półtłusty, jogurt typu greckiego, maliny, cukier), **kisiel**/200ml/. A: 1,7.

Piątek 23.05.2025

Śniadanie: **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane**(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(gluten), **masło** 83%, **jajko na twardo**/30g/, **pierś gotowana z indyka**/12g/, **sałata, szczypiorek, herbata**. A: 1,7.

Obiad: **Krupnik mazurski z ziemniakami** i natką pietruszki /250ml/ (wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, por, pieczarki, makaron świder, śmietana 18%).

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

Podwieczorek: **Jogurt owocowy**/150g/(pochodne mleka), **chrupki kukurydziane**/5g/. A: 1,6,7.

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: