

Jadłospis

Poniedziałek 09.06.2025

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

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

Makaron z truskawkami i śmietaną/180g/(makaron świder, truskawki, śmietana 18%), **woda mineralna**/200ml/, **jogurt**.

A: 1,7,9.

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

Wtorek 10.06.2025

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

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

Spaghetti z sosem bolońskim/180g/(szynka wieprzowa, ser żółty, mąka ziemniaczana, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, cebula, cukinia, papryka czerwona, włoszczyzna paski), **woda mineralna**/200ml/, **jabłko**.

A: 1,7,9.

Podwieczorek: **gruszka pieczona z miodem**/50g/, **biszkopty bezcukrowe**/20g/

A: 1.

Środa 11.06.2025

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

Obiad: **Szpinakowa z ziemniakami i z jajkiem**/250ml/(wywar mięsno-warzywny: skrzydło indycze, kurczak, marchewka, pietruszka, seler, por, szpinak, jajka, ziemniaki, śmietana).

Curry z kurczaka/70g/ (filet z kurczaka, cebula, koncentrat pomidorowy, papryka czerwona, mąka ziemniaczana, przyprawa curry, śmietana 18%), **ryż**/70g/, **woda mineralna**/200ml/, **truskawki**.

A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Mleko smakowe**/200ml/, **mini drożdżówki**/30g/, **arbuz**.

A: 1,7.

Czwartek 12.06.2025

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto, cykoria), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka grahamka, bułka żytnia, bułka pszenna wrocławska - gluten), **masło** 83%, **ser żółty**/12g/, **szynka wiejska**/12g/, **papryka czerwona**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,6,7.

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

Bitka schabowa w sosie chrzanowym/80g/(schab b/k, mąka pszenna, chrzan, cebula, śmietana 18%, olej rzepakowy), **kasza jęczmienna**/70g/, **surówka wiosenna** /100g/(jogurt grecki, koper, ogórek świeży, papryka czerwona, por, rzodkiewka, sałata), **woda mineralna**/200ml/, **sok**, . A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane**/30g/ (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem), **pasta warzywna**/40g/(ser feta, pomidory, pomidory suszone, papryka czerwona, cebula, włoszczyzna), **masło 83%**, **herbata z cytryną** .

A: 1,7,9.

Piątek 13.06.2025

Śniadanie: **Kakao**/200ml/ (mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka żytnia, bułka kajzerka, bułka pszenna wrocławska- gluten)/25g/, **masło** 83%, **ser mozzarella**/12g/, **serek łaciaty**/12g/, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,7.

Obiad: **Ogórkowa z ryżem i natką pietruszki** /250ml/ (wywar drobiowo -warzywny: skrzydło indycze, kurczak, marchew, seler, por, ogórek kiszony, ryż, śmietana 18%).

Kotlet rybno-warzywny/90g/ (filet z dorsza, filet z mintaja, jaja, mąka pszenna, bułka tarta, bułka kajzerka, cukinia, papryka czerwona, włoszczyzna, olej rzepakowy), **ziemniaki**/150g/, **surówka Coleslaw**/100g/ (kapusta biała, marchewka, cebula, cytryna, majonez kielecki), **woda mineralna**/200ml/, **bułka kajzerka**, **ser żółty**, **masło** 83%, **banan**. A:1,3,4,7,9.

Podwieczorek: **Pączusie serowe**/30g/, **sok jabłkowy**. A: 1,7.

Poniedziałek 16.06.2025

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

Obiad: **Jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki** /250ml/ (wywar drobiowo-warzywny: skrzydło indycze, kurczak, marchew, seler, por, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa, dynia, kostka, masło 83%, śmietana 18%).

Ryż z jabłkiem prażonym/200g/, **sok**, **woda mineralna**/200ml/.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane**/30g/(chleb tradycyjny, chleb z ziarnem), **masło** 83%, **szynka wiejska**/23g/, **ogórek świeży**, **herbata owocowa** /200ml/ A: 1,3,7.

Wtorek 17.06.2025

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

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

Gulasz wieprzowy/80g/ (szynka b/k, mąka pszenna, papryka czerwona, olej rzepakowy), **kasza jęczmienna**/70g/, **ogórek świeży**/90g/, **woda mineralna**/200ml/, **sok**, **jabłko**. A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Gratka owocowa**/115g/, **biszkopty bezcukrowe** /20g/. A: 1,7.

Środa 18.06.2025

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

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

Filet z kurczaka/70g/(filet z piersi kurczaka, jaja, bułka tarta, mąka pszenna), **ziemniaki**/150g/, **młoda kapusta z koperkiem i pomidorami**/90g/, **woda mineralna**/200ml/, **sok**. A: 1,3,7.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane**/30g/(chleb tradycyjny, chleb z ziarnem), **masło** 83%, **pasztet** (wyrób własny)/40g/, **pomidor**, **herbata** . A:1,6,7.

Czwartek 19.06.2025

BOŻE CIAŁO

Piątek 20.06.2025

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

Obiad: **Kartoflanka zabieleną z natką pietruszki** /250ml/ (wywar drobiowo - warzywny: skrzydło indycze, marchew, seler, pietruszka, por, ziemniaki, śmietana 18%).

Naleśniki z serem, śmietaną i dżemem/200g/ (mleko 2%, mąka pszenna, jaja, ser półtłusty, śmietana 18%, dżem wiśniowy), **kompot**/200ml/, **bufet warzywny** **A: 1,3,7,9.**

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane**/30g/ (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem), **ser żółty**/23g/, **papryka czerwona**, **herbata**/200ml/. **A: 1,7**

Poniedziałek 23.06.2025

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto, cykoria), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka pszenna wrocławska – gluten, bułka grahamka), **masło** 83%, **serek waniliowy**/12g/(pochodne mleka), **serek do chleba**/12g/, **rzodkiewka**, **herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,7.**

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

Makaron z truskawkami i śmietaną/180g/(makaron świder, truskawka, śmietana 18%, cukier), **woda mineralna**/200ml/, **nektarynka**. **A: 1,7,9.**

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane**(chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/, **masło 83%**, **polędwica z indyka**/23g/, **ogórek świeży**, **herbata**/200ml/. **A: 1,6,7.**

Wtorek 24.06.2025

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

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

Spaghetti z sosem bolońskim/180g/(szynka wieprzowa, ser żółty, mąka ziemniaczana, koncentrat pomidorowy, pomidory krojone, cebula, cukinia, papryka czerwona, włoszczyzna paski), **woda mineralna**/200ml/, **arbuz**. **A: 1,3,6,7,9.**

Podwieczorek: **Koktajl jogurtowo-owocowy** /200g/(kefir, jogurt naturalny, truskawka, malina), **biszkopty bezcukrowe** /20g/. **A: 1,7.**

Środa 25.06.2025

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

Obiad: **Krupnik ryżowy z natką pietruszki**/250ml/(wywar drobiowo - warzywny: skrzydło indycze, kurczak, marchewka, pietruszka, seler, por, natka, ryż).

Filet z kurczaka/70g/(filet z kurczaka, jaja, bułka tarta, mąka pszenna, olej rzepakowy), **ziemniaki**/150g/, **mizeria**/90g/(ogórek świeży, jogurt naturalny), **woda mineralna**, **jabłko**.

Podwieczorek: **Tosty z bułki pszennej z serem i wędliną**/60g/, **dip jogurtowy**(jogurt naturalny, czosnek, koperek), **herbata z cytryną**.

Czwartek 26.06.2025

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto, cykoria), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka grahamka, bułka żytnia, bułka pszenna wrocławska - gluten), **masło** 83%, **ser mozzarella**/12g/(pochodne mleka), **ser żółty**/12g/, **papryka czerwona**, **herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,7.**

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

Potrawka z kurczaka/80g/ (mięso z kurczaka, śmietana 18%, chrzan, cebula, mąka pszenna- gluten, włoszczyzna paski), **ziemniaki**/150g/, **surówka z marchewki i jabłka** /90g/(jabłko, marchewka, śmietana 18%) **woda mineralna**/200ml/, **sok**. **A: 1,7,9.**

Podwieczorek: **truskawki z bitą śmietaną i płatkami migdałów/80g/, biszkopty bezcukrowe/20g/.**

A: 1,7.

Piątek 27.06.2025

Śniadanie: **Kakao/200ml/** (mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka żytnia, bułka kajzerka, bułka pszenna wrocławska- gluten)/25g/, **masło 83%, jajko na twardo/30g/, serek Hochland/12g/, herbata z cytryną/200ml/.**

A: 1,3,7.

Obiad: **Ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki /250ml/** (wywar drobiowo -warzywny: skrzydło indycze, kurczak, marchew, seler, por, ogórek kiszony, ziemniaki, śmietana 18%).

Gulasz mięsno-warzywny/80g/(szynka wieprzowa, mąka pszenna- gluten, papryka czerwona, cebula, włoszczyzna paski, śmietana 18%, olej rzepakowy), **kasza jęczmienna/70g/, woda mineralna/200ml/, kiwi.**

A:1,7,9.

Podwieczorek: **Cynamonki drożdżowe/30g/, masło 83%, arbuz, herbata owocowa /200ml/**

A: 1,7.

Poniedziałek 28.06.2025

Śniadanie: **Kawa mleczna/200ml/**(mleko2%, jęczmień, żyto, cykoria), **pieczywo mieszane /25g/**(bułka kajzerka, bułka pszenna wrocławska – gluten, bułka grahamka), **masło 83%, serek waniliowy/12g/**(pochodne mleka), **serek do chleba/12g/**(pochodne mleka), **rzodkiewka, herbata z cytryną/200ml/.**

A: 1,7.

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

Naleśniki z jabłkiem prażonym/180g/(mleko, mąka pszenna, jaja, jabłka prażone), **woda mineralna/200ml/, sok, brzoskwinia.**

A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane**(chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/, **masło 83%, pasta jajeczna/23g/**(jaja, majonez kielecki, szczypiorek), **herbata/200ml/.**

A: 1,3,7.

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: