

Jadłospis

Poniedziałek **01.09.2025**

Śniadanie: **Kakao**/250ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(gluten), **masło** 83%, **serek waniliowy**/12g/ (pochodne mleka) **serek do chleba**/12g/ (pochodne mleka), **rzodkiewka**, **herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,7.**

Obiad: **Kalafiorowa z ziemniakami** i natką pietruszki/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka, por, kalafior, ziemniaki, śmietana 18%).
Makaron z białym serem i śmietaną/180g/ (makaron świder, twaróg półtłusty, śmietana 18%), **woda mineralna**/200ml/, **nektarynka**. **A: 1,7,9.**

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/ (gluten), **masło** 83%, **wędlina drobiowa** /20g/, **papryka czerwona**, **herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,6,7.**

Wtorek **02.09.2025**

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 Łaciaty**/12g/ (pochodne mleka), **kalarepka**, **herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,7.**

Obiad: **Pomidorowa z makaronem** i natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, koncentrat pomidorowy 30%, makaron muszelka, śmietana 18%).
Filet z kurczaka/60g/ (filet z kurczaka, jaja, bułka tarta, mąka, olej), **ziemniaki**/150g/, **surówka z marchwi i jabłka**/100g/(marchewka, jabłka, śmietana 18%), **woda mineralna**/200ml/, **kiwi**. **A: 1,3,7,9.**

Podwieczorek: **Koktajl jogurtowo - owocowy**/200ml/(jogurt typu greckiego, kefir, truskawka) , **babka z metra** /40g/(mąka, jaja, cukier, margaryna). **A: 1,3,7.**

Środa **03.09.2025**

Śniadanie: **Zupa mleczna z płatkami owsianymi**/210ml/ (mleko 2%, owies), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(gluten), **masło** 83%, **dżem wiśniowy**/12g/ (100% owoców), **miód**/12g/, **marchewka do chrupania**, **herbata z cytryną**/200ml/. **A: 1,7.**

Obiad: **Burakowa z ziemniakami** i natką pietruszki/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, buraki, zakwas buraczany, ziemniaki, śmietana 18%).
Pulpet wieprzowy w sosie własnym/80g/(szynka wp, jaja, mąka pszenna, śmietana 18%), **kasza jęczmienna**/70g/ (zawiera gluten), **mizeria**/100g/ (ogórek świeży, śmietana 18%), **woda mineralna** /200ml/, **jabłko**. **A: 1,3,7,9.**

Podwieczorek: **Pudding z kaszy manny na mleku z malinami**/150g/(kasza manna, mleko 2%, maliny). **A: 1,7.**

Czwartek **04.09.2025**

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

Obiad: **Kapuśniak zabielały z ziemniakami** i natką pietruszki/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, śmietana 18%).
Makaron z filetem z kurczaka i suszonymi pomidorami/180g/ (filet z kurczaka, makaron świder, suszone pomidory, marchewka, pietruszka, seler), **woda mineralna**/200ml/, **jogurt**/150g/. **A: 1,7,9.**

Podwieczorek: **Gruszka pieczona**/80g/(gruszka, miód, cynamon), **biszkopty bezcukrowe**/20g/. **A: 1,3.**

Piątek 05.09.2025

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (gluten), **masło** 83%, **jajko na twardo**/35g/, **szynka wiejska**/10g/, **sałata**, **szczypiorek**, **herbata z cytryną**/200ml/.
A: 1,7.

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

Filet z dorsza panierowany/80g/(ryba, jaja, bułka tarta, mąka, olej rzepakowy), **ziemniaki** /150g/, **surówka z kapusty pekińskiej** /100g/ (kapusta pekińska, marchew, jabłko, papryka czerwona, olej), **woda mineralna**/200ml/, **brzoskwinia**.
A: 1,3,4,7,9.

Podwieczorek: **Budyń** /200ml/(mleko 2%, budyń śmietankowy), **chałka**/30g/ (zawiera jaja i gluten), **arbuz**.

A: 1,7.

Poniedziałek 08.09.2025

Śniadanie: **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(zawiera gluten), **masło** 83%, **ser żółty**/12g/ (pochodne mleka), **serek do chleba**/12g/ (pochodne mleka), **papryka żółta**, **herbata z cytryną**/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%).

Naleśniki z serem, dżemem/180g/ (mąka pszenna, mleko, jaja, twaróg półtłusty, dżem truskawkowy), **woda mineralna**/200ml/(aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **sok**, **banan**.
A: 1,3,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/ (gluten), **masło** 83%, **polędwica sopocka** /20g/, **ogórek świeży**, **herbata z cytryną**/200ml/.
A: 1,6,7.

Wtorek 09.09.2025

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/(gluten), **masło** 83%, **jajecznica**/40g/ (jaja, masło), **wędlina drobiowa**/10g/ **sałata**, **herbata z cytryną**/200ml/.
A: 1,3,6,7.

Obiad: **Marchewkowa z makaronem** i natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, marchew, seler, pietruszka, por, makaron świder, zawiera gluten).

Kotlet pożarski/60g/ (udziec z indyka, filet z kurczaka, mąka pszenna, śmietana 18%), **ziemniaki**/150g/, **kalafior z wody**/100g/, **woda mineralna**/200ml/, **nektarynka**.
A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** (chleb tradycyjny, chleb z ziarnem)/30g/ (zawiera gluten), **masło** 83%, **pasta rybna ze szczypiorkiem** /40g/ (filet z makreli w oleju, filet z makreli w pomidorach, twaróg półtłusty, majonez kielecki, szczypiorek), **herbata z cytryną** /200ml/.
A: 1,3,4,7.

Środa 10.09.2025

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

Obiad: **Zalewajka z ziemniakami, kiełbasą i jajkiem**/250ml/(wywar kostny: kości wieprzowe, kiełbasa podwawelska, jaja, ziemniaki, barszcz biały zakwas, śmietana 18%).

Spaghetti z sosem bolońskim/180g/(szynka wp, marchewka, pietruszka, seler, papryka czerwona, cukinia, cebula, koncentrat pomidorowy, makaron spaghetti – zawiera gluten), **woda mineralna**/200ml/, **jabłko**.
A: 1,3,6,7,9.

Podwieczorek: **Jogurt owocowy**/150g/(pochodne mleka), **biszkopty bezcukrowe**/20g/ (mąka pszenna - gluten, jaja, cukier), **gruszka cząstki**.
A: 1,3,7.

Czwartek 11.09.2025

Śniadanie: **Kakao**/200ml/ (mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska)/25g/ (gluten), **masło** 83%, **szynka wiejska**/12g/, **ser żółty**/12g/(pochodne mleka), **rzodkiewka**, **herbata z cytryną**/200ml/. A: 1,6,7.

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

Gulasz wieprzowy/100g/ (szynka wp, mąka pszenna, śmietana 18%), **kasza gryczana**/70g/, **buraczki**/100g/, **woda mineralna**/200ml/, **nektarynka**. A: 1,7,9.

Podwieczorek: **Tosty z bułki pszennej z szynką i serem mozzarella** /80g/(bułka pszenna- gluten, masło 83%, szynka wiejska, ser mozzarella), **sos jogurtowy**/30g/ (jogurt naturalny, czosnek), **herbata z cytryną**/200ml/

A: 1,6,7.

Piątek 12.09.2025

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

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

Filet z dorsza panierowany/80g/(ryba, jaja, bułka tarta- gluten, olej rzepakowy), **ziemniaki** /150g/, **surówka z kapusty kiszanej** /100g/ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej), **woda mineralna**/200ml/, **gruszka**.

A: 1,3,4,9.

Podwieczorek: **Mleko smakowe** /200ml/(pochodne mleka), **chrupki kukurydziane**/20g/, **jabłko cząstki**.

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: