

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>13.05.2024</b> <b>Poniedziałek</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pieczywo mieszane i słonecznikowe z masłem (<b>pszenica, żyto, owies, mleko</b>) 60g/8g</li> <li>• szynka wieprzowa (<b>gorczyca</b>) 30g</li> <li>• pomidor, sałata lodowa 50g</li> <li>• kakao (<b>mleko</b>) 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• krem ze szparagów (<b>seler, mleko</b>) 250ml (szparagi, marchewka, ziemniaki, seler, pietruszka, por, śmietana 18%tł, koper, natka, przyprawy)</li> <li>• kociołek warzywny z makaronem (<b>pszenica, jajko</b>) 200g (makaron penne, pomidory, ciecierzycy, marchewka, papryka, przyprawy)</li> <li>• kalarepa 40g</li> <li>• kompot z czerwonej porzeczki 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pudding jaglany z sosem malinowym i płatkami migdałów (<b>mleko</b>) 100g/20g/5g (mleko, maliny, kasza jaglana, płatki migdałów, cukier, cukier waniliowy)</li> <li>• cząstka jabłka 30g</li> <li>• lemoniada cytrynowa z syropem klonowym 150ml</li> </ul>
Godz.10.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mandarynka 50g</li> <li>• herbata z hibiscusa 150ml</li> </ul>		
<b>14.05.2024</b> <b>Wtorek</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• płatki owsiane na mleku 200ml</li> <li>• pieczywo mieszane i żytnie bez drożdży z masłem (<b>pszenica, żyto, mleko</b>) 30g/5g</li> <li>• pasta z zielonego groszku z majonezem (<b>jajko</b>) (groszek mrożony, majonez, przyprawy) 20g</li> <li>• burak marynowany, kiełki brokuła 50g (burak, cytryna, olej)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zupa pomidorowa z ryżem (<b>seler, mleko</b>) 250ml (marchewka, seler, pietruszka, por, ryż, śmietana 18% tł., koncentrat pomidorowy 30%, natka, koper, przyprawy)</li> <li>• ziemniaki z koperkiem 100g</li> <li>• kotlet mielony (<b>pszenica, jajko</b>) 70g (szynka wieprzowa, bułka tarta, jajko, olej rzepakowy, przyprawy)</li> <li>• kapusta młoda w śmietanie (<b>mleko</b>) 80g (kapusta, śmietana, koper, przyprawy)</li> <li>• kompot z wiśni 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• galaretka jogurtowa (<b>mleko</b>) 100g (jogurt 2%tł., truskawki, galaretka truskawkowa)</li> <li>• podplomyk bezcukrowy (<b>pszenica</b>) 1 szt.</li> <li>• woda</li> </ul>
Godz. 10.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• melon 60g</li> <li>• napar z melisy 150 ml</li> </ul>		
<b>15.05.2024</b> <b>Środa</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pieczywo mieszane i wieloziarniste z masłem (<b>pszenica, żyto, mleko</b>) 60g/8g</li> <li>• filet z indyka pieczony 30g (indyk filet, przyprawy) - własny wyrób</li> <li>• ogórek, rzodkiewka 50g</li> <li>• kawa inka na mleku (<b>jęczmień, żyto</b>) 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zupa z soczewicą (<b>seler</b>) 250ml (marchewka, ziemniaki, soczewica, seler, pietruszka, por, natka, przyprawy)</li> <li>• racuchy z jabłkami z polewą jagodową (<b>pszenica, mleko, jajko</b>) 3szt (jabłka, mąka pszenna, jogurt 2%tł, mleko, jajko, drożdże, cukier)</li> <li>• kompot z rabarbaru 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wasa (<b>pszenica, żyto</b>) 1 szt.</li> <li>• kubaś owocowo-warzywny 150ml (marchew, jabłko, burak, cytryna)</li> </ul>
Godz. 10.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• melon 60g</li> <li>• herbata z pigwy 150 ml</li> </ul>		
<b>16.05.2024</b> <b>Czwartek</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kasza kukurydziana na mleku 200ml</li> <li>• pieczywo mieszane i owsiane z masłem (<b>pszenica, żyto, owies, mleko</b>) 30g/5g</li> <li>• pasta z makreli (<b>ryba</b>) 20g (makrela w pomidorach, przyprawy)</li> <li>• papryka żółta, rukola 50g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• botwinka z ziemniakami (<b>seler, mleko</b>) 250ml (botwinka, ziemniaki, marchewka, seler, pietruszka, por, śmietana 18%tł, natka, koper, przyprawy)</li> <li>• kasza bulgur (<b>pszenica</b>) 100g</li> <li>• gulasz wołowy 110g (wołowina, mąka kukurydziana, olej, cebula, czosnek, przyprawy)</li> <li>• sałatka szwedzka 80g (ogórek kiszony, marchewka, jabłko, olej)</li> <li>• kompot mieszany (śliwka, agrest, truskawka) 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sałatka owocowa z jogurtem (<b>mleko</b>) (banan, winogrona, mandarynka, jogurt 2%tł., ananas) 100g</li> <li>• wafel ryżowy 1szt</li> <li>• herbata rooibos 150ml</li> </ul>
Godz. 10.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• banan 80g</li> <li>• napar z mięty 150ml</li> </ul>		

<b>17.05.2024</b> <b>Piątek</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pieczywo mieszane i orkiszowe z masłem (<b>pszenica, żyto, orkisz, mleko</b>) 60g/8g</li> <li>• twarożek ze szczypiorkiem (<b>mleko</b>) 20g</li> <li>• pomidor koktajlowy, roszponka 50g</li> <li>• kakao (<b>mleko</b>) 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zupa kalafiorowa z kaszą jaglaną (<b>seler, mleko</b>) 250ml (kalafior, marchewka, kasza jaglana, pietruszka, seler, por, śmietana 18%tł, koper, natka, przyprawy)</li> <li>• ziemniaki z koperkiem 100g</li> <li>• łosoś saute (<b>ryba</b>) 70g (łosoś, przyprawy)</li> <li>• szparagi zielone z masłem 80g (<b>mleko</b>)</li> <li>• kompot z truskawek 150ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ciasto ucierane z rabarbarem i kruszonką (<b>pszenica, mleko, jajko</b>) 30g (mąka pszenna, rabarbar, jajka, olej, masło, cukier, cukier waniliowy)</li> <li>• herbata malinowa 150ml</li> </ul>
<b>Godz. 10.30</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• arbuź 80g</li> <li>• sok pomarańczowy 150ml</li> </ul>		

*Alergeny zaznaczone są pogrubioną czcionką.*

*Zastrzegamy sobie prawo zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.*

W kuchni używa się: **zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy.**

Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Jadłospis opracowany jest dla dzieci o zapotrzebowaniu energetycznym 1400 kcal.

**O godz. 10:30 podawane są herbatki owocowe, soki i owoce.**

