

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
09.09.2024 Poniedziałek	<ul style="list-style-type: none"> • pieczywo mieszane zawiera pszenicę, żyto i słonecznikowe zawiera żyto z masłem 60g /8g • szynka wieprzowa 30g • pomidor malinowy, sałata rukola 50g • kakao na mleku 150ml • herbata z pigwy 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> • zupa kalafiorowa z komosą ryżową 250ml (ziemniaki, kalafior, marchewka, seler, pietruszka, por, śmietana 12%tł - zawiera mleko, komosa ryżowa, koper, natka, przyprawy) • ziemniaki 100g • gołąbki francuskie w sosie pomidorowym 60g/50ml (kapusta włoska, udziec z indyka, marchewka, jajko, kasza manna zawiera pszenicę, koncentrat pomidorowy 30%, cebula, olej, przyprawy) • ogórek do chrupania 30g • kompot z wiśni 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> • chałka z masłem zawiera pszenicę, mleko, jajko 2szt • arbuz 100g • mleko 150ml
10.09.2024 Wtorek	<ul style="list-style-type: none"> • płatki jęczmienne na mleku 200ml • pieczywo mieszane zawiera pszenicę, żyto i żytnie b/drożdży z masłem 30g/5g • pasta z makreli 20g (ryba, cebula, przyprawy) • ogórek, kiełki brokołu 50g • napar z mięty 150 ml 	<ul style="list-style-type: none"> • rosół z makaronem nitki 250ml (kurczak zagrodowy, makaron nitki zawiera pszenicę, jajko przepiórcze, marchewka, seler, pietruszka, por, cebula, natka, koper, przyprawy) • ryż basmati 100g • potrawka z kurczaka 110g (kurczak, marchewka, pietruszka, seler, mąka kukurydziana, przyprawy) • buraczki marynowane w słupkach 80g (buraki, cytryna, olej, sól, cukier) • kompot z aronii 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> • maślanka jagodowa - własny wyrób 150ml (maślanka 1,5%tł zawiera mleko, jagody) • jabłko 60g • podplomyk bezcukrowy zawiera pszenicę, mleko, soję 1szt
11.09.2024 Środa	<ul style="list-style-type: none"> • pieczywo mieszane zawiera pszenicę, żyto i wieloziarniste zawiera żyto, pszenicę, owies, orkisz z masłem 60g/8g • jajko w krążkach 30g • rzodkiewka, sałata rzymska 50g • kawa inka zawiera jęczmień, żyto na mleku 150ml • herbata rooibos 150 ml 	<ul style="list-style-type: none"> • zupa gulaszowa z ziemniakami i wołowiną 250ml (ziemniaki, marchewka, wołowina, seler, pietruszka, por, koper, natka, przyprawy) • makaron z polewą serową - jogurtową i malinami świeżymi 220g/50ml (makaron kokardki zawiera pszenicę, jajko, jogurt naturalny 2% tł. zawiera mleko, maliny, ser twarogowy 24%tł. zawiera mleko, cukier, cukier waniliowy) • kompot truskawkowy 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> • grzanka z weki zawiera pszenicę z masłem ziołowym (koper, czosnek, sól) 2szt • melon 80g • sok pomarańczowy 150ml

<p>12.09.2024</p> <p>Czwartek</p>	<ul style="list-style-type: none"> • kasza kukurydziana na mleku 200ml • pieczywo mieszane zawiera pszenicę, żyto i owsiane z masłem 30g/5g • humus z burakiem (ciecierzyca, burak, olej, przyprawy) 30g • ogórek kiszony, sałata roszonek 50g • napar z melisy 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> • krem z pieczonej papryki z ziarnami dyni 250ml (ziemniaki, papryka pieczona, marchewka, seler, pietruszka, por, śmietana 12%tł zawiera mleko, ziarna dyni, natka, koper, przyprawy) • kasza jęczmienna pęczak 100g • polędwica wieprzowa w sosie 110g (olej, mąka pszenna, cebula, czosnek, przyprawy) • fasolka szparagowa 80g • kompot z jabłek 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> • galaretka mleczna z malinami 100g (jogurt naturalny 2%tł. zawiera mleko, maliny, galaretka malinowa) • biszkopty zawierają pszenicę, jajko 10g • kiwi 1szt • woda
<p>13.09.2024</p> <p>Piątek</p>	<ul style="list-style-type: none"> • pieczywo mieszane zawiera pszenicę, żyto i orkiszowe z masłem 60g/8g • ser żółty zawiera mleko 20g • papryka, sałata lodowa 50g • kakao na mleku 150ml • sok jabłkowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> • zupa ogórkowa z ryżem 250ml (ogórki kiszone, marchewka, pietruszka, seler, por, śmietana 12%tł zawiera mleko, ryż, koper, natka, przyprawy) • ziemniaki z koperkiem 100g • polędwica z dorsza w panierce 70g (ryba, bułka tarta zawiera pszenicę, jaja, olej, sól, przyprawy) • sałatka z pomidorów (pomidor, bazylia, oliwa) 80g • kompot z czarnej porzeczki z jabłkiem 150ml 	<ul style="list-style-type: none"> • muesli z bakaliami i jogurtem truskawkowym 100g (jogurt naturalny 2%tł zawiera mleko, truskawki, płatki kukurydziane, orzechy nerkowca, żurawina, daktyle, morele) • banan 1szt • woda

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.

