|  |  |
| --- | --- |
| **PONIEDZIAŁEK 04.03.2024** | |
|  | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb razowy ze słonecznikiem (**pszenica, żyto, słonecznik** ), chleb gburszczi (**pszenica, mleko, żyto** ) ok 50g, masło(**mleko**) ok 10g, szynka jubileuszowa ok10g, twarożek brzoskwiniowy (twaróg półtłusty śmietankowy(**mleko)**,**mleko,** dżem brzoskwiniowy 100% owoców), kiełki słonecznika, papryka czerwona świeża, napar owocowy z cukrem trzcinowym (susz owocowy z dziką różą, woda, cukier trzcinowy ) ok 250ml  Owoce 100g |
|  | Zupa neapolitańska z makaronem ok 250g(włoszczyzna **(seler** ), cebula, ćwiartka z kurczaka, makaron nitka(pszenica), sól, przyprawy**, seler naciowy, zielona pietruszka**)  Jajko gotowane ,sos musztardowo-chrzanowy(**jajko** gotowane, wywar warzywny, musztarda(**gorczyca**),chrzan tarty, mąka pszenna(**pszenica**), śmietanka 12% (**mleko**))  Ziemniaki z koperkiem ok 150 g  Groszek z marchewką na śmietance 12%(**mleko**)  Kompot owocowy 150ml |
| **Podwieczorek** | Kaszka manna na mlekuz musem jagodowym (kaszka manna (**pszenica**),**mleko**, cukier, jagoda leśna mrożona ) |
| **WTOREK 05.03.2024** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Ryż na mleku (**mleko** ) z miodem , bułka grahamka (**pszenica**) ok 50g, masło(**mleko**)ok 10g, dżem truskawkowy 100% owoców, herbata czarna z cytryną i cukrem trzcinowym ok 150ml, morela suszona  Owoce 100g |
| **Obiad** | Zupa grochowa na wędzonce ok 250g ( włoszczyzna (**seler** ), ćwiartka z kurczaka, sól , przyprawy, groch, czosnek, cebula, ziemniaki, kiełbaska wieprzowa, żeberko wędzone **seler naciowy**)  Gulasz z szynki wieprzowej ok 80g (mięso z szynki wieprzowej, sól, **przyprawy**, czosnek, mąka pszenna (**pszenica** )  Mix kasz ok 150 g (kasza jęczmienna(**jęczmień**),kasza gryczana(**gryka**))  Surówka z kapusty włoskiej, marchewki i jabłuszka w sosie koperkowym(oliwa, cytryna, miód, koperek)  Woda z cytryną 150 ml |
| **Podwieczorek** | Galaretka owocowa z sosem jogurtowym (jogurt naturalny (**mleko**), cukier), chrupki kukurydziane, talerzyk witaminek-owoce |
| **ŚRODA 06.03.2024** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb pszenny z dodatkiem ziaren(**pszenica, owies, jęczmień, żyto, mleko**), chleb graham(**pszenica, żyto**) ok50g, masło ok 10g, sałata lodowa, pierś gotowana z indyka ok 10g, ogórek świeży, twarożek z czerwoną cebulką (twaróg śmietankowy półtłusty (**mleko**), czerwona cebulka ), herbata zielona z pomarańczą i cukrem trzcinowym ok 150 ml |
| **Obiad** | Zupa wiedeńska z zieloną pietruszką ok 250g ( włoszczyzna (**seler**),ćwiartka z kurczaka, , sól, przyprawy, cebula**, seler naciowy,** kasza manna (**pszenica**), zielona pietruszka)  Szaszłyk drobiowy z pieca 1 szt (filet z piersi kurczaka, papryka czerwona świeża, cebulka , kiełbasa z piersią kurczaka )  Sos pieczeniowy (wywar pieczeniowy, mąka pszenna(**pszenica**) )  Ziemniaki ok150 g  Ogórek kiszony  Sok jabłkowy ok150 ml (woda, 100% koncentrat soku jabłkowego) |
| **Podwieczorek** | Koktajl owocowy(jogurt naturalny(**mleko**), cukier, **mleko 2%,** banany, **truskawki,** jagody), podpłomyki bezcukrowe |
| **CZWARTEK 07.03.2024** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb jogurtowy(**pszenica, mleko, żyto, jęczmień**), chleb z orkiszem(**orkisz, pszenica, słonecznik, żyto**)ok 50g, masło(**mleko**)ok 10g,pasta drobiowa(mięso drobiowe gotowane, serek kanapkowy naturalny(**mleko**),), serek twarogowy naturalny (**mleko**), pomidorki koktajlowe, sałata lodowa, herbata czarna z cytryną i miodem 150ml  Owoce |
| **Obiad** | Żurek na kefirze z ziemniakami ok 250g (włoszczyzna(**seler**), cebula, czosnek, **seler naciowy** ,ćwiartka z kurczaka , sól, przyprawy, ziemniaki, kefir (**mleko**), mąka pszenna(**pszenica**))  Filet z indyka w sosie śmietanowo-koperkowym ok 80g (mięso z piersi indyka, cebula, przyprawy, śmietanka 12%(**mleko**), mąka pszenna(**pszenica**),koperek, olej)  Ryż paraboliczny ok 150g  Brokuł gotowany  Sok pomarańczowy150ml ( woda, 100% koncentrat soku pomarańczowego ) |
| **Podwieczorek** | Budyń waniliowy(budyń malinowy w proszku, **mleko**) z frużeliną wiśniową (**wiśnia** mrożona, cukier, mąka ziemniaczana) |
| **PIĄTEK 08.03.2024** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb kaszubski( **pszenica, żyto**), chleb żytni z posypką wieloziarnistą (**żyto, pszenica, słonecznik, jęczmień, sezam, proso, sezam**) ok 50g, masło ok 10g, mozzarella, pasta z makreli(makrela w sosie pomidorowym(**ryba**), serek kanapkowy naturalny(**mleko**) ), sałata lodowa, rzodkiewka, herbatka ziołowa (rumianek) z cukrem trzcinowym150 ml  Owoce 100g |
| **Obiad** | Zupa pomidorowa z kaszą jaglaną ok 250g(włoszczyzna (**seler**), cebula , sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, por, **seler naciowy**, ćwiartka z kurczaka , kasza jaglana(**proso**) , śmietana 12%(**mleko**), koncentrat pomidorowy )  Kotlety rybne ok 80g(filet z morszczuka(**ryba**) **jaja,** otręby owsiane(**owies**)**,** przyprawy, bułka tarta(**pszenica**), olej)  Ziemniaki puree(**mleko**) ok 150g  Surówka z ogórka kiszonego, papryki czerwonej świeżej, pory oraz jogurtu naturalnego(**mleko**)  Woda z cytryną 150ml |
| **Podwieczorek** | Makaron z sosem jogurtowo-truskawkowym(makaron świderki(**pszenica**), **truskawki,** jogurt naturalny(**mleko**), cukier) |

Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn od nas niezależnych.

**Wytłuszczone składniki –** substancje i produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji.

Pełen skład towarów użytych do przygotowania potraw znajduje się u intendentki.