|  |
| --- |
|  **PONIEDZIAŁEK 05.02.2024** |
|  |
| **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 waniliowy (twaróg półtłusty(**mleko)**,**mleko,** cukier waniliowy),sałata lodowa, papryka czerwona świeża, napar owocowy z cukrem trzcinowym (susz owocowy z maliną, woda, cukier trzcinowy ) ok150mlOwoce 100g |
|  |  Zupa wiedeńska z zieloną pietruszka ok 250g(włoszczyzna **(seler** ), cebula, ćwiartka z kurczaka, sól, przyprawy**, seler naciowy,** kasza manna, zielona pietruszka)**Jajko** sadzone 1 sztZiemniaki ok 150gMarchewka z groszkiem na śmietance(**mleko**)Kompot owocowy ok 150ml  |
| **Podwieczorek** | Budyń malinowy z sokiem owocowym (budyń malinowy w proszku, **mleko**, cukier biały), talerzyk witaminek -owoce  |
|  **WTOREK 06.02.2024** |
| **Śniadanie****II śniadanie** | Kaszka jaglana 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**,** żurawina suszonaOwoce 100g |
| **Obiad** | Krem z zielonych warzyw z prażonymi nasionami dyni ok 250g(włoszczyzna **(seler** ), cebula, masło**(mleko** ), ziemniaki, śmietana 12%(**mleko**), prażone nasiona dyni, sól, przyprawy**, seler** **naciowy**, groszek zielony, brokuł)Drobiowe kotlety pożarskie ok 80g (filet z piersi kurczaka, mięso z uda kurczaka b/s, cebulka, przyprawy, bułka tarta, olej, **jaja**, otręby owsiane(**owies**)) Ziemniaki puree ok 150g (**mleko**) Jesienna surówka (kapusta biała, ogórek kiszony, marchewka, papryka czerwona świeżą, oliwa) Woda z cytryną ok 150 ml |
| **Podwieczorek** | Domowy kisiel o smaku czarnej porzeczki(woda, 100% koncentrat kompotu z czarnej porzeczki, mąka ziemniaczana, cukier), sos jogurtowy(jogurt naturalny( **mleko )**, cukier), chrupki kukurydziane |
|  **ŚRODA 07.02.2024** |
| **Śniadanie****II śniadanie** | Chleb pszenny z dodatkiem ziaren(**pszenica, owies, jęczmień, żyto, mleko**), chleb graham(**pszenica, żyto**) ok50g, masło ok 10g, szynka krucha ok 10g,sałta lodowa, rzodkiewka, serek kanapkowy z ziołami(**mleko**), herbata zielona z cytryną i cukrem trzcinowym ok 150 ml |
|  **Obiad** | Zupa grochowa z ziemniakami ok 250g ( włoszczyzna **(seler),** ćwiartka z kurczaka, groch, sól ,przyprawy, czosnek, kiełbaska z piersią z kurczaka, cebula, ziemniaki , **seler naciowy**) Makaron z sosem bolognese i szynką (makaron świderki(**pszenica**), mięso z szynki wieprzowej, cebulka, czosnek, passata pomidorowa, olej, zioła prowansalskie ) Sok jabłkowy 150 ml (woda, 100% koncentrat soku jabłkowego)  |
| **Podwieczorek** | Kaszka manna na mleku z musem jagodowym (kaszka manna (**pszenica**), **mleko**, jagody mrożone, cukier) |
|  **CZWARTEK 08.02.2024**  |
| **Śniadanie****II śniadanie** | Chleb jogurtowy(**pszenica, mleko, żyto, jęczmień**), chleb z orkiszem(**orkisz, pszenica, słonecznik, żyto**)ok50g, masło(**mleko**)ok10g,pasta jajeczna z awokado (**jajko** gotowane, awokado), serek twarogowy naturalny(**mleko**), ogórek kiszony, sałata lodowa, herbata czarna z cytryną i miodem ok150ml Owoce |
| **Obiad** | Zupa ziemniaczana ok 250g (włoszczyzna(**seler**), cebula, , **seler naciowy** ,ćwiartka z kurczaka, sól, przyprawy , kiełbaska wieprzowa, śmietana 12%)Risotto z kurczakiem i warzywami ok 80g ( ryż paraboliczny, cukinia zielona mrożona, cukinia żółta mrożona, papryka czerwona świeża, cebulka, passata pomidorowa, przyprawy, pierś z kurczaka) Sok pomarańczowy150ml ( woda, 100% koncentrat soku pomarańczowego ) |
| **Podwieczorek** | Domowe rogaliki drożdżowe ( mąka krupczatka**(pszenica), mleko**, cukier., cukier waniliowy, **jaja**, margaryna kasia, drożdże, marmolada),**mleko,** talerzyk witaminek-owoce |
|  **PIĄTEK 09.02.2024** |
| **Śniadanie** **II śniadanie** | Chleb kaszubski( **pszenica, żyto**), chleb żytni z posypką wieloziarnistą (**żyto, pszenica, słonecznik, jęczmień, sezam, proso, sezam**)50g, pasta z makreli(makrela w sosie pomidorowym(**ryba**), serek kanapkowy naturalny(**mleko**) ),mozzarella(**mleko**) ,ogórek świeży , herbatka ziołowa (melisa) z cukrem trzcinowym150 ml Owoce 100g |
| **Obiad** | Zupa pomidorowa z ryżem ok 250g(włoszczyzna (**seler**), cebula , sól, przyprawy, por ,ćwiartka z kurczaka ,**seler naciowy**, koncentrat pomidorowy, śmietana 12%(**mleko**), czosnek )Paluszki rybne(filet z mintaja (**ryba**),mąka pszenna (**pszenica**), przyprawy, olej)) Ziemniaki ok 150gSurówka z kiszonej kapusty , marchewki , jabłuszka i oliwy z oliwekWoda z cytryną 150ml |
| **Podwieczorek** | Wafle ryżowe , miód, mus jabłkowy (**jabłka,** cukier), kawa inka(**jęczmień , żyto**) na **mleku** ok150ml  |

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.