|  |
| --- |
|  **PONIEDZIAŁEK 29.05.2023**  |
|  **Śniadanie****II śniadanie** | Chleb razowy ze słonecznikiem, chleb gburszczi 50g, masło 10g, szynka sołtysa 10g, twarożek brzoskwiniowy (twaróg śmietankowy półtłusty, dżem brzoskwiniowy 100% owoców), rukola, rzodkiewka, herbata owocowa 250mlOwoce 100g |
|  **Obiad** |  Rosołek wiedeński z zieloną pietruszką 250g(marchew, seler, pietruszka, cebula, ćwiartka z kurczaka, kasza manna, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ,ziemniaki, por, seler naciowy, zielona pietruszka)Jajko w sosie musztardowym 1szt( jaja, wywar warzywny, musztarda sarepska, śmietanka, mąka pszenna)Groszek z marchewką na śmietanceZiemniaki z koperkiem 150gKompot owocowy 150ml |
| **Podwieczorek** |  Koktajl truskawkowy (jogurt naturalny, mleko, truskawki mrożone, cukier ), wafle kukurydziane |
| **alergeny** |  1,3, 7,9,10 |
|  **WTOREK 30.05.2023** |
|  **Śniadanie****II śniadanie** | Kasza pęczak na mleku z miodem , bułka grahamka 50g, masło 10g , dżem truskawkowy 100% owoców , herbata z cytryną i cukrem trzcinowym 150mlOwoce 100g. |
|  **Obiad** | Zupa z fasolowa z ziemniakami250g ( marchew , seler , pietruszka, cebula, fasola biała ćwiartka z kurczaka, sól , pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, zielona pietruszka, , por, seler naciowy, ziemniaki, majeranek, papryka wędzona, czosnek, kiełbaska wieprzowa )Makaron świderki z mięsem drobiowym i passatą pomidorową 80g (makaron pełnoziarnisty świderki, sól, pieprz, cebula, czosnek , zioła prowansalskie, mięso z piersi kurczaka, passata pomidorowa, olej)Kiełki słonecznikaWoda z cytryną 150ml |
| **Podwieczorek** | Galaretka owocowa, sos jogurtowy (jogurt naturalny, cukier), talerzyk witaminek- owoce |
| **alergeny** |  1,7,9 |
|  **ŚRODA 31.05.2023** |
|  **Śniadanie** **II śniadanie** | Chleb pszenny z dodatkiem ziaren, chleb graham 50g, masło 10g, sałata lodowa, pomidor malinowy, twarożek waniliowy(twaróg śmietankowy półtłusty, cukier waniliowy ), szynka gotowana 10g, herbata zielona z pomarańczą i cukrem trzcinowym150ml  Owoce , domowe lody owocowe (sok multiwitamina ) |
|  **Obiad** | Zupa neapolitańska z zieloną pietruszką 250g( marchew, seler, pietruszka ,sól, cebula, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, pieprz ziołowy ,makaron nitki, por, seler naciowy , ćwiartka z kurczaka, zielona pietruszka) Placuszki drobiowe 80g ( mięso z piersi kurczaka, jaja, mąka pszenna, mąka ziemniaczana, śmietana 12%, ser żółty, olej)Ziemniaki z koperkiem 150gLiście szpinaku z papryką czerwoną, ogórkiem kiszonym, kukurydzą konserwową i sosem winegret Woda z cytryną 150ml |
| **Podwieczorek** | Domowe eklerki z kremem budyniowym (masło, woda, mąka pszenna, mąka ziemniaczana cukier, cukier waniliowy, mleko), sok jabłkowy 150ml (woda, 100% koncentrat soku jabłkowego ) |
| **alergeny** |  1,3,7,9 |
|  **CZWARTEK 01.06.2023**  |
| **Śniadanie****II śniadanie** | Chleb z orkiszem, chleb jogurtowy 50g, masło 10g, pasta z zielonego groszku (groszek konserwowy, serek kanapkowy naturalny) ,serek Milandia naturalny sałata lodowa, papryka czerwona świeża, herbata czarna z cytryną i miodem 150ml Owoce |
| **Obiad** |  Zupa ogórkowa z ziemniakami250g (marchewka, seler, pietruszka, cebula ,śmietana 12%,ćwiartka z kurczaka, ziemniaki, sól, ziele angielskie, liść laurowy, por, seler naciowy, ogórki kiszone)Potrawka z szynki wieprzowej w sosie własnym 80g(mięso z szynki wieprzowej, sól, pieprz, pieprz ziołowy, czosnek , olej, mąka pszenna) Kasza orkisz 150 gBrokuł z wodySok pomarańczowy150ml (woda, 100% koncentrat soku pomarańczowego ) |
| **Podwieczorek** | Budyń czekoladowy, talerzyk witaminek-owoce |
| **Alergeny** |  1,7,9 |
|  **PIĄTEK 02.06.2023** |
| **Śniadanie** **II śniadanie** | Chleb kaszubski, chleb żytni z posypką wieloziarnistą 50g, masło 10,pasta z tuńczyka(tuńczyk w sosie własnym, serek kanapkowy naturalny), ser żółty, sałata lodowa , ogórek świeży, rumiankowa150mlOwoce 100g |
| **Obiad** | Zupa pomidorowa z ryżem i zieloną pietruszką 250g (marchew, seler, pietruszka, cebula, ćwiartka z kurczaka, liść laurowy, ziele angielskie , koncentrat pomidorowy, ryż biały ,por, seler naciowy, zielona pietruszka, śmietana 12%)Smażony filet z morszczuka (filet z morszczuka kapskiego, mąka pszenna, olej )Ziemniaki z puree 150 gSurówka z marchewki i jabłuszka na śmietanceWoda z cytryną 150ml |
| **Podwieczorek** | Frytki marchewkowe z pieca , chrupki kukurydziane |
| **alergeny** |  1,3,4,7,9 |
|  |  |