|  |
| --- |
|  |
|  **PONIEDZIAŁEK 02.09.2024** |
| **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 śmietankowy(**mleko)**,**mleko,** cukier wanilinowy), rukola, ogórek świeży, napar owocowy z cukrem trzcinowym (susz owocowy z maliną, woda, cukier trzcinowy ) ok 250mlOwoce 100g |
|  |  Zupa krem z marchewki z prażonymi nasionami słonecznika ok 250g(włoszczyzna **(seler** ), cebula, masło (**mleko**), sól, przyprawy**, seler naciowy,** prażone nasiona słonecznika, śmietana 12%(**mleko**))Makaron Shreka ok 230 g(makaron penne**(pszenica**), przyprawy, szpinak, czosnek, jogurt naturalny**(mleko**), masło**(mleko**), ser żółty**(mleko**))Woda z cytryną ok 150ml  |
| **Podwieczorek** | Płatki ryżowe na mleku z musem wieloowocowym (płatki ryżowe**, mleko, truskawki**, śliwki, wiśnie, czerwone i czarne porzeczki, agrest, aronia, cukier)  |
|  **WTOREK 03.09.2024** |
| **Śniadanie****II śniadanie** | Płatki orkiszowe pełnoziarniste (**orkisz**) na mleku (**mleko** ) z miodem , bułka grahamka (**pszenica**) ok 50g, masło(**mleko**)ok 10g, dżem brzoskwiniowy100% owoców, herbata czarna z cytryną i cukrem trzcinowym ok 150ml, suszona żurawinaOwoce 100g |
| **Obiad** | Zupa pomidorowa z ryżem i zieloną pietruszką ok 250g ( włoszczyzna (**seler** ), ćwiartka z kurczaka, sól , przyprawy, cebula, ryż biały, zielona pietruszka, **seler naciowy**) Kotlety drobiowe z kalafiorem ok 80g (filet z piersi kurczaka, kalafior, bułka tarta **(pszenica**) sól, przyprawy**, jaja**, otręby owsiane**(owies**) ,olej**)**Ziemniaki z koperkiem ok 150 g Mizeria na jogurcie **(mleko**)Woda z pomarańczą150 ml  |
| **Podwieczorek** | Domowy kisiel o smaku jabłkowo-pomarańczowym z sosem jogurtowym (woda, 100 % koncentrat soku jabłkowego i pomarańczowego, mąka ziemniaczana, jogurt naturalny (**mleko**), cukier), chrupki kukurydziane, talerzyk witaminek -owoce |
|  **ŚRODA 04.09.2024** |
| **Śniadanie****II śniadanie** | Chleb pszenny z dodatkiem ziaren(**pszenica, owies, jęczmień, żyto, mleko**), chleb graham(**pszenica, żyto**) ok50g, masło ok 10g, rukola, szynka delikatesowa z kurcząt ok 10g, pomidor malinowy, twarożek z papryką świeżą (twaróg śmietankowy półtłusty (**mleko**), suszone zioła prowansalskie), herbata zielona z pomarańczą i cukrem trzcinowym ok 150 ml |
|  **Obiad** | Zupa fasolowa z ziemniakami ok 250g ( włoszczyzna (**seler**),ćwiartka z kurczaka, , sól, przyprawy, cebula**, seler naciowy,** ziemniaki, fasola, kiełbaska wieprzowa)Gulasz z szynki wieprzowej z papryką ok 80g (mięso z szynki wieprzowej, przyprawy, cebulka , czosnek, mąka pszenna (**pszenica**), papryka czerwona świeża )Mix kasz ok 150 g (kasza gryczana palona **(gryka**), kasza gryczana biała**(gryka**))Buraczki gotowane (buraczki gotowane, cytryna**, jabłka**, cukier)Woda z cytryną ok150 ml  |
| **Podwieczorek** | Placuszki z jabłkiem 2 szt (mąka pszenna(**pszenica**), **jaja, mleko,** cukier, cukier waniliowy**, jabłka**, olej), **mleko** ok 150ml |
|  **CZWARTEK 05.09.2024**  |
| **Śniadanie****II śniadanie** | Chleb jogurtowy(**pszenica, mleko, żyto, jęczmień**), chleb z orkiszem(**orkisz, pszenica, słonecznik, żyto**)ok 50g, masło(**mleko**)ok 10g,pasta z kiełbaski drobiowej z czarnuszką (kiełbaska drobiowa,czarnuszka, serek kanapkowy naturalny(**mleko**),), serek twarogowy z ziołami (**mleko**), ogórek kiszony, sałata lodowa, herbata czarna z cytryną i miodem 150ml Owoce |
| **Obiad** | Zupa żurek na kefirze ok 250g (włoszczyzna(**seler**), cebula, czosnek, **seler naciowy** ,ćwiartka z kurczaka , sól, przyprawy, kefir **(mleko**), mąka pszenna **(pszenica),** kiełbaska wieprzowa**)**Hod-dogi własnego wyrobu 2szt(mąka krupczatka (pszenica**), jaja** , drożdże, margaryna Kasia, **mleko**, cukier, parówki drobiowe), keczupOgórkowe słupeczki (ogórek świeży), pomidorki koktajlowe Woda z pomarańczą150ml ( |
| **Podwieczorek** | Budyń malinowy z musem truskawkowym(budyń malinowy w proszku, **mleko, truskawki,** cukier)  |
|  **PIĄTEK 06.09.2024** |
| **Śniadanie** **II śniadanie** | Chleb kaszubski( **pszenica, żyto**), chleb żytni z posypką wieloziarnistą (**żyto, pszenica, słonecznik, jęczmień, sezam, proso, sezam**) ok 50g, masło ok 10g, pasta z makreli(makrela w sosie pomidorowym(**ryba**), serek kanapkowy naturalny (**mleko**)), jako gotowane, papryka żółta, herbatka ziołowa (melisa) z cukrem trzcinowym150 ml Owoce 100g |
| **Obiad** | Zupa krupnik ok 250g(włoszczyzna (**seler**), cebula , sól, przyprawy, por, **seler naciowy**, ćwiartka z kurczaka, kasza jęczmienna**(jęczmień**))Pulpety rybne w sosie koperkowo-śmietankowym ok 80g(filet z morszczuka kapskiego**(ryba**), **jaja**, otręby owsiane **(owies**) ,mąka pszenna(**pszenica**), koperek, śmietanka 12%(**mleko**))Ziemniaki ok 150gKapusta pekińska z kukurydzą, papryką czerwoną świeżą, ogórkiem świeżym i sosem winegretWoda z cytryną 150ml |
| **Podwieczorek** | Koktajl jagodowo-bananowy(jogurt naturalny**(mleko**), cukier, banany, jagody mrożone), wafle ryżowe |

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.