|  |  |
| --- | --- |
| **PONIEDZIAŁEK 03.02.2025** | |
|  | |
| **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 bakaliowy (twaróg półtłusty śmietankowy(**mleko)**,**mleko,** rodzynki, morela suszona, żurawina suszona), kiełki słonecznika, rzodkiewka, napar owocowy z cukrem trzcinowym (susz owocowy z hibiscusem, woda, cukier trzcinowy ) ok 150ml  Owoce |
|  | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami ok 250g(włoszczyzna **(seler** ), cebula, ziemniaki , sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, pieprz czarny, buraki czerwone, śmietana 12% (**mleko**), cytryna, )  Makaron łazanka z kiszoną kapustą i kiełbaską wieprzową ok 230g(makaron łazanka(**pszenica**), kiszona kapusta, cebula, cukier, kiełbaska wieprzowa ,sól ,pieprz czarny, )  Woda z cytryną ok 150ml |
| **Podwieczorek** | Deser jogurtowy z musem truskawkowym(jogurt naturalny (**mleko**), **truskawki**, miód, czekolada gorzka (**kakao**)), podpłomyki bezcukrowe(**pszenica**) |
| **WTOREK 04.02.2025** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Płatki pełnoziarniste żytnie mleku 2% (**mleko, żyto** ) 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  Owoce |
| **Obiad** | Zupa ogórkowa z ziemniakami ok 250g ( włoszczyzna (**seler** ), ćwiartka z kurczaka, sól , liść laurowy, ziele angielskie, ogórki kiszone, cebula, ziemniaki, śmietana 12%, koperek)  Pulpet drobiowy w sosie pomidorowym ok 80g (mięso z piersi kurczaka, sól, cebula, koncentrat pomidorowy, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny**,**  mąka pszenna (**pszenica))**  Ryż paraboliczny ok 150 g  Kalafior gotowany  Woda z **pomarańczą** 150 ml |
| **Podwieczorek** | Galaretka owocowa, sos jogurtowy ( jogurt naturalny (**mleko**), cukier), chrupki kukurydziane, talerzyk witaminek-owoce |
| **ŚRODA 05.02.2025** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb pszenny z dodatkiem ziaren(**pszenica, owies, jęczmień, żyto, mleko**), chleb graham(**pszenica, żyto**) ok50g, masło ok 10g, kiełki słonecznika, szynka sołtysówka ok 10g, ogórek świeży, twarożek z rzodkiewką (twaróg śmietankowy półtłusty (**mleko**), sól, rzodkiewka), herbata zielona z cytryną i cukrem trzcinowym ok 150 ml |
| **Obiad** | Zupa fasolowa z ziemniakami 250g ( włoszczyzna (**seler**),ćwiartka z kurczaka, kiełbaska wieprzowa , sól, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie, czosnek , cebula**, seler naciowy**, fasola biała, ziemniaki, papryka wędzona słodka, koncentrat pomidorowy)  Pieczeń drobiowa z twarogiem ok 80g (filet z indyka , sól, pieprz czarny,  **jaja**, otręby owsiane(**owies**), cebula, twaróg śmietankowy półtłusty(**mleko**))  Kasza bulgur ok150 g  Sos warzywny (wywar warzywny (**seler**), marchewka, seler, pietruszka, cebula, masło(**mleko**))  Surówka z kapusty białej**,** marchewki i **jabłuszka** w sosie winegret  Woda z cytryną ok 150 ml |
| **Podwieczorek** | Fryteczki z marchewki mini i **selera**, keczup, chrupki kukurydziane |
| **CZWARTEK 06.02.2025** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb jogurtowy(**pszenica, mleko, żyto, jęczmień**), chleb z orkiszem(**orkisz, pszenica, słonecznik, żyto**)ok 50g, masło(**mleko**)ok 10g,pasta drobiowa z warzywami(gotowane mięso drobiowe, gotowana marchewka, gotowany **seler**, serek kanapkowy naturalny(**mleko**),), serek twarogowy z ziołami (**mleko**), papryka żółta, sałata lodowa, herbata czarna z cytryną i miodem 150ml  Owoce |
| **Obiad** | Rosołek wiedeński ok 250g (włoszczyzna(**seler**), cebula, **seler naciowy** ,ćwiartka z kurczaka, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, kasza manna (**pszenica**), zielona pietruszka)  Gulasz wieprzowy po węgiersku ok 80g (mięso z szynki wieprzowej, cebula, czosnek, pieprz czarny, papryka słodka, papryka czerwona świeża, passata pomidorowa, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna(**pszenica**), olej)  Domowe kopytka ok 150g (gotowane ziemniaki, mąka pszenna (**pszenica**), mąka krupczatka (**pszenica**), **jaja**))  Ogórek kiszony  Woda z **pomarańczą** 150ml |
| **Podwieczorek** | Budyń malinowy z musem wiśniowym(budyń malinowy w proszku , **mleko 2%,** cukier, wiśnie) |
| **PIĄTEK 07.02.2025** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb kaszubski( **pszenica, żyto**), chleb żytni z posypką wieloziarnistą (**żyto, pszenica, słonecznik, jęczmień, sezam, proso, sezam**) ok 50g, masło ok 10g(**mleko**), **jajko** gotowane, pasta z tuńczyka(tuńczyk w sosie własnym(**ryba**), serek kanapkowy naturalny(**mleko**)), ogórek kiszony, herbatka ziołowa (melisa) z cukrem trzcinowym150 ml  Owoce |
| **Obiad** | Zupa krupniczek jaglany z zieloną pietruszką ok 250g(włoszczyzna (**seler**), cebula , sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, por, **seler naciowy**, ćwiartka z kurczaka, kaszka jaglana, , zielona pietruszka )  Kotlet rybny ok 80g(filet z morszczuka (**ryba**) **jaja,** otręby owsiane(**owies**)**,** pieprz cytrynowy, sól, pieprz czarny, bułka tarta(**pszenica**), olej)  Ziemniaki puree(**mleko**) ok 150g  Surówka z marchewki, **jabłuszka, pomarańczy** i sosu jogurtowo-śmietanowego (**mleko**)  Woda z cytryną 150ml |
| **Podwieczorek** | Tosty francuskie 1 szt (mąka pszenna graham(**pszenica**), **jaja**, olej, ), kawa Inka namleku z cukrem trzcinowym ok 150 ml(**jęczmień żyto, mleko**), talerzyk witaminek-owoce |

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.