|  |  |
| --- | --- |
| **PONIEDZIAŁEK 06.01.2025** | |
|  | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | **ŚWIĘTO TRZECH KRÓLI** |
|  |  |
| **Podwieczorek** |  |
| **WTOREK 07.01.2025** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Kasza pęczak**(jęczmień**) 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, suszona żurawina  Owoce |
| **Obiad** | Zupa krupniczek pomidorowy ok 250g ( włoszczyzna (**seler** ), ćwiartka z kurczaka, sól , pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, **seler naciowy**, kasza jęczmienna (**jęczmień**), zielona pietruszka, koncentrat pomidorowy, cebula, vegeta natural )  Kotlet jajeczny 1 szt (**jajko** gotowane, **jaja** świeże sól, pieprz, papryka słodka, pieprz ziołowy ,bułka tarta(**pszenic**a) , otręby owsiane(**owies**), musztarda sarepska(**gorczyca**), olej)  Ziemniaki z koperkiem ok 150g  Surówka z ogórka kiszonego, pory, papryki czerwonej świeżej i jogurtu naturalnego (**mleko**)  Woda z pomarańczą150ml |
| **Podwieczorek** | Domowy kisiel jabłkowo-pomarańczowy(100% koncentrat soku jabłkowego i pomarańczowego, woda, cukier, mąka ziemniaczana) , sos jogurtowy (jogurt naturalny( **mleko )**, cukier), chrupki kukurydziane, talerzyk witaminek (owoce) |
| **ŚRODA 08.01.2025** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb pszenny z dodatkiem ziaren(**pszenica, owies, jęczmień, żyto, mleko**), chleb graham(**pszenica, żyto**) ok50g, masło(**mleko**) ok 10g, sałata lodowa, szynka delikatesowa z kurcząt ok 10g,ogórek świeży, twarożek wanilinowy (twaróg śmietankowy półtłusty (**mleko**), cukier wanilinowy), herbata zielona z pomarańczą i cukrem trzcinowym ok 150 ml |
| **Obiad** | Zupa ogórkowa z ziemniakami ok 250 g( włoszczyzna (**seler**),ćwiartka z kurczaka, sól, liść laurowy, ziele, angielskie, ogórki kiszone, ziemniaki, śmietana 12% (**mleko**) **,seler naciowy,** pieprz czarny, pieprz ziołowy, czosnek, cebula, koperek)  Kotlet drobiowy z kalafiorem duszony w sosie własnym ok 80g (filet z piersi kurczaka, sól, pieprz, cebula, czosnek, papryka słodka , kalafior, olej,mąka pszenna**(pszenica)**)  Kasza bulgur ok 150 g  Surówka z marchewki i **jabłuszka** z sosem jogurtowo- śmietanowym(**mleko**)  Woda z cytryną ok 150 ml |
| **Podwieczorek** | Płatki ryżowe na mleku z musem wiśniowym (płatki ryżowe, **mleko 2%,** ,wiśnie, cukier) |
| **CZWARTEK 09.01.2025** | |
| **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 koperkiem(gotowane mięso drobiowe, serek kanapkowy naturalny(**mleko**), koperek), serek twarogowy z ziołami(**mleko**),papryka żółta, sałata lodowa, herbata czarna z cytryną i miodem 150ml  Owoce |
| **Obiad** | Zupa kalafiorowa ok 250g (włoszczyzna(**seler**), cebula, **seler naciowy** ,ćwiartka z kurczaka , ziemniaki, śmietana(**mleko**), sól, pieprz czarny, kalafior)  Gulasz wieprzowy ok 80g (mięso z szynki wieprzowej b/k, cebulka, czosnek , sól, pieprz, , papryka słodka, mąka pszenna(**pszenica**)))  Mix kasz ok 150g(kasza jęczmienna(**jęczmień**), kasza gryczana(**gryka**))  Sos pieczeniowy(wywar pieczeniowy, mąka pszenna(**pszenica**))  Buraczki gotowane (buraki, **jabłko**, cebulka, cytryna, cukier, oliwa)  Woda z pomarańczą ok 150ml |
| **Podwieczorek** | Budyń malinowy z musem (budyń malinowy w proszku**, mleko2%, truskawki,** cukier ), |
| **PIĄTEK 10.01.2025** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb kaszubski( **pszenica, żyto**), chleb żytni z posypką wieloziarnistą (**żyto**, **pszenica, słonecznik, jęczmień, sezam, proso, sezam**) ,masło**(mleko**)ok 10g , sałata lodowa, pasta z tuńczyka (tuńczyk w sosie własnym(**ryba**), serek kanapkowy naturalny(**mleko))**, papryka żółta, serek mozzarella(**mleko**) , herbatka ziołowa z cukrem trzcinowym(rumianek) ok 150 ml  Owoce 100g |
| **Obiad** | Zupa z czerwonej soczewicy z ziemniakami ok250g(włoszczyzna (**seler**), cebula , sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, por, **seler naciowy**, ćwiartka z kurczaka, czerwona soczewica, kiełbaska wieprzowa, papryka wędzona)  Pulpety rybne w sosie śmietankowo-koperkowym ok 80g(filet z morszczuka kapskiego**(ryba**), **jaja**, otręby owsiane(**owies**), sól, pieprz czarny, pieprz cytrynowy, mąka pszenna(**pszenica**), , koperek, śmietanka 12%(**mleko**) )  Ryż jaśminowy ok 150g  Brokuł gotowany  Woda z cytryną ok 150ml |
| **Podwieczorek** | Makaron z musem truskawkowym(makaron świderki (**pszenica**), **truskawki**, 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.