|  |  |
| --- | --- |
|  | |
| **PONIEDZIAŁEK 08.09.2025** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb razowy ze słonecznikiem (**pszenica, żyto, słonecznik** ), chleb gburszczi (**pszenica, mleko, żyto** ) ok 50g, masło(**mleko**) ok 10g, pasztet z kurczaka zagrodowego ok10g, twarożek waniliowy (twaróg półtłusty śmietankowy(**mleko)**,**mleko,** cukier waniliowy), sałata lodowa, ogórek kiszony, napar owocowy z cukrem trzcinowym (susz owocowy z maliną, woda, cukier trzcinowy ) ok 250ml  Owoce |
|  | Zupa pomidorowa z ryżem ok 250g(włoszczyzna **(seler** ), sól, przyprawy**, seler naciowy,** koncentrat pomidorowy, śmietana 12%(**mleko**), ryż biały, pietruszka zielona, masło (**mleko**))  Jajko w sosie musztardowym1 szt(**jajko** gotowane, musztarda sarepska (**gorczyca**), śmietanka 12% (**mle**ko), sól, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna (**pszenica**))  Ziemniaki ok 150g  Marchewka z groszkiem na śmietance (**mleko**)  Woda z cytryną 150ml |
| **Podwieczorek** | Koktajl owocowy (jogurt naturalny (**mleko**), mrożone jagody, truskawki , wiśnie , czarne i czerwone porzeczki, śliwki, aronia, cukier, banany), podpłomyki bezcukrowe |
| **WTOREK 09.09.2025** | |
| **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 ok 150ml,  Owoce 100g |
| **Obiad** | Zupa grochowa z ziemniakami ok 250g (włoszczyzna (**seler)** , żeberka wieprzowe, kośći wędzone, sól, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, papryka słodka wędzona, cebula, czosnek, **seler naciowy**, groch, ziemniaki, kiełbaska wieprzowa)  Rolada z indyka ze szpinakiem ok 80g (filet z indyka, sól, pieprz czarny, pieprz ziołowy, ziołaprowansalskie, cebula,czosnek, szpinak, ser żółty (**mleko**)**)**  Kasza bulgur ok 150 g (**pszenica**)  Sos warzywny (marchewka, pietruszka, **seler**, cebulka, masło (**mleko**))  Porcja warzywnych słupeczków (ogórek kiszony, papryka żółta)  Woda z pomarańczą150 ml |
| **Podwieczorek** | Porcja domowego kisielu truskawkowego z sosem jogurtowym (truskawki mrożone , cukier, cytryna, mąka ziemniaczana, jogurt naturalny (**mleko**)), chrupki kukurydziane |
| **ŚRODA 10.09.2025** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb pszenny z dodatkiem ziaren(**pszenica, owies, jęczmień, żyto, mleko**), chleb graham(**pszenica, żyto**) ok50g, masło ok 10g,sałata lodowa, pierś gotowana z indyka ok 10g, ogórek świeży, twarożek z czerwona papryką (twaróg śmietankowy półtłusty (**mleko**), papryka czerwona świeża), herbata zielona z cytryną i cukrem trzcinowym ok 150 ml |
| **Obiad** | Zupa wiedeńska ok 250g ( włoszczyzna (**seler**), , sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, cebula**, seler naciowy**, żeberka wieprzowe**,** kasza manna (**pszenica**), zielona pietruszka)  Bitki wieprzowe w sosie własnym ok 80g (mięso z szynki wieprzowej, sól, pieprz czarny, pieprz ziołowy, majeranek, cebula, czosnek, olej, mąka ziemniaczana**)**  Ziemniaki ok150 g  Porcja buraczków gotowanych (buraczki gotowane, **jabłka**, cytryna, oliwa)  Woda z cytryną ok150 ml |
| **Podwieczorek** | Porcja ryżu na mleku z prażonymi jabłkami (ryż biały, **mleko** 2%, jabłka, cukier) |
| **CZWARTEK 11.09.2025** | |
| **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 wieprzowej z czarnuszką (kiełbaska wieprzowa, serek kanapkowy naturalny(**mleko**),), serek twarogowy naturalny (**mleko**), pomidor malinowy, sałata lodowa, herbata czarna z cytryną i miodem 150ml  Owoce |
| **Obiad** | Zupa jarzynowa z ziemniakami ok 250g (włoszczyzna(**seler**), cebula, czosnek, **seler naciowy** ,masło (**mleko**) , sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, pieprz czarny, kalafior, brokuł, kapusta biała, śmietanka 12% (**mleko**), ziemniaki, pietruszka zielona)  Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i sosem paprykowo-pomidorowym(makaron penne pełnoziarnisty (**pszenica**), cebulka, czosnek, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka, mięso z piersi kurczaka, papryka czerwona świeża, passata pomidorowa)  Porcja ogórka świeżego  Woda z pomarańczą150ml |
| **Podwieczorek** | Budyń waniliowy(budyń waniliowy w proszku, **mleko**) z musem jagodowym(jagody mrożone, cukier), chrupki kukurydziane |
| **PIĄTEK 12.09.2025** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb kaszubski( **pszenica, żyto**), chleb żytni z posypką wieloziarnistą (**żyto, pszenica, słonecznik, jęczmień, sezam, proso, sezam**) ok 50g, masło ok 10g, pasta z makreli(makrela w sosie pomidorowym(**ryba**), serek kanapkowy naturalny (**mleko**)), ser mozarella (**mleko**), papryka czerwona świeża, herbatka ziołowa (rumianek) z cukrem trzcinowym150 ml  Owoce 100g |
| **Obiad** | Zupa ryżowa z zieloną pietruszką ok 250g(włoszczyzna (**seler**), cebula , sól, przyprawy, por, **seler naciowy**, ćwiartka z kurczaka , żeberka wieprzowe, zielona pietruszka, ryż biały)  Kotlet vege 1 szt(groch, ciecierzyca, **jaja**, kasza jęczmienna, musztarda sarepska, keczup, cebula, czosnek, sól, pieprz czarny, pieprz ziołowy otręby owsiane (**owies**), bułka tarta (**pszenica**), olej)  Puree ziemniaczane ok 150g (**mleko**)  Surówka z ogórka kiszonego, pomidorów, pory i jogurtu naturalnego jogurtowego(**mleko**)  Woda z cytryną 150ml |
| **Podwieczorek** | Tosty francuskie 1 szt (chleb tostowy pełnoziarnisty(**pszenica**), **jaja**, olej, sól ), kawa Inka na mleku (**mleko**, **jęczmień, żyto**), talerz 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.