|  |  |
| --- | --- |
| **PONIEDZIAŁEK 09.06.2025** | |
|  | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Kasza manna na mleku 2% z miodem (**pszenica**) , bułka kajzerka (**pszenica**) ok 50g, masło(**mleko**)ok 10g, dżem truskawkowy 100% owoców, żurawina, herbata czarna z **cytryną** i cukrem trzcinowym ok 150ml,  Owoce |
|  | Zupa krem z cukinii z prażonymi nasionami słonecznika ok 250g (włoszczyzna **(seler** ), cebula, masło (**mleko**), sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, pieprz czarny, cukinia, śmietana 12 % (**mleko**), ziemniaki , prażone nasiona słonecznika)  Zapiekanka makaronowa z kiełbaską i warzywami ok 230 g( makaron świderki **(pszenica),** kiełbaska wieprzowa, marchewka, papryka czerwona świeża, pieczarki , cebulka, passata pomidorowa)  Woda z **cytryną** ok 150ml |
| **Podwieczorek** | Talerzyk witaminek (jabłka, gruszki, melon, marchewka, kalarepka, kiwi, papryka czerwona świeża, ogórek kiszony), chrupki kukurydziane |
| **WTOREK 10.06.2025** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb razowy ze słonecznikiem (**pszenica, żyto, słonecznik** ), chleb gburszczi (**pszenica, mleko, żyto** ) ok 50g, masło(**mleko**) ok 10g, schab wiśniowy ok10g, twarożek ze szczypiorkiem (twaróg półtłusty śmietankowy(**mleko**),szczypiorek), sałata lodowa, papryka czerwona świeża, herbata owocowa ok 150ml (woda, napar owocowy z maliną, cukier trzcinowy) |
| **Obiad** | Zupa wiedeńska ok 250g ( włoszczyzna (**seler** ), ćwiartka z kurczaka, sól , liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, vegeta natural, kasza manna(pszenica))  Pierś drobiowa pieczona na pergaminie ok 80g (filet z piersi kurczaka, sól, pieprz czarny, papryka słodka , olej)  Ziemniaki z koperkiem 150 g  Mizeria na śmietanie (**mleko**)  Woda z **pomarańczą** ok 150 ml |
| **Podwieczorek** | Deser jogurtowy serwowany w pucharkach (jogurt naturalny (**mleko**), miód, mrożone truskawki, gorzka czekolada (**kakao**), cukier) |
| **ŚRODA 11.06.2025** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb pszenny z dodatkiem ziaren(**pszenica, owies, jęczmień, żyto,** **mleko**), chleb graham(**pszenica, żyto**) ok 50g, masło ok 10 (**mleko**), sałata lodowa, szynka nie ze wsi ok 10g, ogórek świeży, twarożek z rodzynkami (twaróg śmietankowy półtłusty (**mleko**), rodzynki), herbata zielona z pomarańczą i cukrem trzcinowym ok 150 ml  Owoce |
| **Obiad** | Zupa z ciecierzycy z ziemniakami ok 250g (włoszczyzna (**seler**), ćwiartka z kurczaka, ziemniaki, kiełbaska wieprzowa, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie, papryka wędzona, majeranek , cebula**, seler naciowy,** ziemniaki, czosnek)  Gulasz z szynki ok 80g( mięso z szynki wieprzowej, cebulka, czosnek, sól, pieprz czarny, olej, papryka słodka, pieprz ziołowy, mąka ziemniaczana)  Mix kasz ok 150g (kasza jęczmienna(**jęczmień**), kasza gryczana**(gryka**))  Surówka z kapusty świeżej z ogórkiem kiszonym , **jabłuszkiem**, papryką czerwoną świeżą i jogurtem naturalnym (**mleko**)  Woda z cytryną ok 150 ml |
| **Podwieczorek** | Płatki ryżowe na mleku z musem wiśniowym (płatki ryżowe, **mleko** 12%, **wiśnie**, cukier), |
| **CZWARTEK 12.06.2025** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb jogurtowy(**pszenica, mleko, żyto, jęczmień**), chleb z orkiszem(**orkisz, pszenica, słonecznik, żyto**)ok 50g, masło(**mleko**)ok 10g, domowa nutella ( gotowane ziarno soi, miód, **kakao**, masło (mleko) serek kanapkowy naturalny(**mleko**),), serek twarogowy naturalny (**mleko**),sałata lodowa, rzodkiewka, herbata czarna z cytryną i miodem 150ml  Owoce |
| **Obiad** | Zupa ogórkowa z ziemniakami ok 250g ( włoszczyzna (**seler**),ćwiartka z kurczaka , sól, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie, cebula**, seler naciowy,** śmietana 12% (**mleko**), ziemniaki, ogórki kiszone, koperek)  Pulpety drobiowe w sosie koperkowym (filet z indyka, cebulka, czosnek, sól, pieprz czarny, papryka słodka, zioła prowansalskie, otręby owsiane (**owies**), **jaja**, koperek, mąka ziemniaczana, śmietanka 12% (**mleko**))  Sałata lodowa w wiosennym sosie (sałata lodowa, jogurt naturalny (**mleko**), koperek, szczypiorek, ogórek świeży, awokado)  Kasza pęczak ok 150g (**kasza jęczmienna** )  Woda z **pomarańczą** 150ml |
| **Podwieczorek** | Porcja budyniu waniliowego na mleku z musem wieloowocowym (budyń waniliowy w proszku, **mleko**, truskawki , **wiśnie**, śliwki, czerwone i czarne porzeczki, agrest, aronia, cukier) |
| **PIĄTEK 13.06.2025** | |
| **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 żółty(mleko), sałata lodowa, pomidor malinowy, herbatka ziołowa z cukrem trzcinowym ok 150 ml (herbatka ziołowa (7 ziół), cukier trzcinowy)  Owoce |
| **Obiad** | Zupa ryżowa z zieloną pietruszką ok 250g(włoszczyzna (**seler**), cebula , sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, por, **seler naciowy**, ), ćwiartka z kurczaka, ryż, zielona pietruszka)  Panierowany filet rybny ok 80g (filet z morszczuka (**ryba**), **jaja**, sól, pieprz cytrynowy, bułka tarta (**pszenica**), olej)  Ziemniaki ok 150 g  Marchewka mini w sosie śmietankowym (marchewka mini, śmietanka 12%(**mleko**))  Woda z cytryną 150ml |
| **Podwieczorek** | Galaretka owocowa , sos jogurtowy (jogurt naturalny, (**mleko 2%),** 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.