|  |  |
| --- | --- |
| **PONIEDZIAŁEK 12.05.2025** | |
|  | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Płatki owsiane na mleku 2% z miodem (**orkisz, mleko**) , bułka grahamka (**pszenica**) ok 50g, masło(**mleko**)ok 10g, dżem truskawkowy 100% owoców, suszona żurawina, herbata czarna z **cytryną** i cukrem trzcinowym ok 150ml,  Owoce |
|  | Zupa krem wielowarzywny z prażonymi nasionami dyni ok 250g (włoszczyzna **(seler** ), cebula, masło (**mleko**), sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, pieprz czarny, kalafior, brokuł, ziemniaki, śmietana 12% (**mleko**), prażone nasiona dyni)  Makaron łazanka z kiełbaską i kiszoną kapustą ok 230g( makaron łazanka (**pszenica**), kiełbaska wieprzowa, kiszona kapusta, cebulka, sól, cukier, pieprz czarny)  Woda z **cytryną** ok 150ml |
| **Podwieczorek** | **Jabłuszko** pieczone z miodem , sos jogurtowy ( jogurt naturalny (**mleko**), cukier) , chrupki kukurydziane |
| **WTOREK 13.05.2025** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb razowy ze słonecznikiem (**pszenica, żyto, słonecznik** ), chleb gburszczi (**pszenica, mleko, żyto** ) ok 50g, masło(**mleko**) ok 10g, szynka nie ze wsi ok10g, twarożek waniliowy (twaróg półtłusty śmietankowy(**mleko**),**mleko**, cukier waniliowy), rukola, papryka żółta, herbata owocowa ok 150ml (woda, napar owocowy z dziką różą, cukier trzcinowy) |
| **Obiad** | Zupa neapolitańska z zieloną pietruszką ok 250g ( włoszczyzna (**seler** ), ćwiartka z kurczaka, sól , liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, vegeta natural, makaron nitki (pszenica), zielona pietruszka)  Nuggetsy z kurczaka ok 80g (filet z piersi kurczaka, **jaja**, sól, pieprz czarny, bułka tarta (pszenica), otręby owsiane (**owies)**,olej )  Ziemniaki ok 150  Mizeria z sosem jogurtowo-śmietankowym(ogórki świeże, jogurt naturalny (**mleko**), śmietana 12% (**mleko**))  Woda z **pomarańczą** ok 150 ml |
| **Podwieczorek** | Deser jogurtowo-truskawkowy serwowany w pucharkach (jogurt naturalny (**mleko**), **truskawki**, miód naturalny, cukier, gorzka czekolada(**kakao**) ) |
| **ŚRODA 14.05.2025** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb pszenny z dodatkiem ziaren(**pszenica, owies, jęczmień, żyto,** **mleko**), chleb graham(**pszenica, żyto**) ok 50g, masło ok 10 (**mleko**),rukola, gotowany filet z indyka ok 10g, rzodkiewka, twarożek ze szczypiorkiem (twaróg śmietankowy półtłusty (**mleko**), szczypiorek), herbata zielona z żurawiną i cukrem trzcinowym ok 150 ml  Owoce |
| **Obiad** | Zupa ogórkowa ziemniakami ok 250g (włoszczyzna (**seler**), ćwiartka z kurczaka, ogórki kiszone , ziemniaki, sól, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie, płatki ryżowe, śmietana 12% (**mleko**) cebula**, seler naciowy,** koperek)  Gulasz po węgiersku ok 80g( mięso z szynki wieprzowej b/k, cebulka, czosnek, sól, pieprz czarny, olej, papryka czerwona świeża, liść laurowy, ziele angielskie)  Mix kasz ok 150g (kasza jęczmienna (**jęczmień**), kasza gryczana (**gryka**))  Brokuł gotowany  Woda z cytryną ok 150 ml |
| **Podwieczorek** | Ryż na mleku z musem jabłkowym (ryż biały, **mleko** 12%, **jabłka**, cukier), |
| **CZWARTEK 15.05.2025** | |
| **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, cukier waniliowy serek kanapkowy naturalny(**mleko**),), serek twarogowy z ziołami (**mleko**),ogórek świeży, sałata lodowa, herbata czarna z cytryną i miodem 150ml  Owoce |
| **Obiad** | Zupa fasolowa z ziemniakami ok 250g ( włoszczyzna (**seler**),ćwiartka z kurczaka, fasola biała, sól, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie, cebula**,** czosnek, papryka wędzona, majeranek**,** kiełbaska wieprzowa**, seler naciowy,** ziemniaki)  Domowe hot-dogi (mąka krupczatka (**pszenic**a) ,**jaja**, drożdże, margaryna Kasia , sól, **mleko** 2%, paróweczki naturalne z fileta kurczaka) , keczup  Warzywne słupeczki (ogórek świeży, pomidorki cherry)  Woda z **pomarańczą** 150ml |
| **Podwieczorek** | Budyń waniliowy z musem wieloowocowym (budyń waniliowy w proszku , **mleko** 2%, cukier, mieszanka kompotowa(śliwki, wiśnie, truskawki, czerwone i czarne porzeczki, agrest, aronia)) |
| **PIĄTEK 16.05.2025** | |
| **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 z cukrem trzcinowym ok150 ml (herbatka ziołowa (mięta), cukier trzcinowy)  Owoce |
| **Obiad** | Zupa pomidorowa z kaszą jaglaną i zieloną pietruszką ok 250g(włoszczyzna (**seler**), cebula , sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, por, **seler naciowy**, ćwiartka z kurczaka, kasza jaglana(**proso**), koncentrat pomidorowy, śmietana 12% (**mleko**), zielona pietruszka)  Kotlety rybne ok 80g (filet z morszczuka kapskiego (**ryba**), **jaja**, olej, sól, pieprz cytrynowy, bułka tarta (**pszenic**a), otręby owsiane (owies))  Ziemniaki ok 150g  Surówka z kiszonej kapusty, **jabłuszka,** papryki czerwonej świeżej**,** zielonej pietruszki i oliwy  Woda z cytryną 150ml |
| **Podwieczorek** | Tosty graham z dżemem brzoskwiniowym (chleb tostowy graham (**pszenica**), dżem brzoskwiniowy 100% owoców, masło (**mleko**)), mleko gotowane ok 150 ml |

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.