|  |
| --- |
|  **PONIEDZIAŁEK 16.06.2025** |
|  |
| **Śniadanie****II śniadanie** | Ryż na mleku 2% z miodem (**pszenica**) , bułka grahamka (**pszenica**) ok 50g, masło(**mleko**)ok 10g, dżem truskawkowy 100% owoców, żurawina, herbata czarna z **cytryną** i cukrem trzcinowym ok 150ml, Owoce  |
|  |  Zupa jarzynowa z ziemniakami ok 250g (włoszczyzna **(seler** ), cebula, masło (**mleko**), sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, pieprz czarny, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa, śmietana 12 % (**mleko**), ziemniaki )Makaron łazanka z kapustą kiszoną i kiełbaską ok 230 g( makaron łazanka **(pszenica),** kiełbaska wieprzowa, marchewka, cebulka, kapusta kiszona)Woda z **cytryną** ok 150ml  |
| **Podwieczorek** | Domowy kisiel truskawkowy (truskawki mrożone, cukier, mąka ziemniaczana), sos jogurtowy (jogurt naturalny (**mleko**), cukier), chrupki kukurydziane  |
|  **WTOREK 17.06.2025** |
| **Śniadanie****II śniadanie** |  Chleb razowy ze słonecznikiem (**pszenica, żyto, słonecznik** ), chleb gburszczi (**pszenica, mleko, żyto** ) ok 50g, masło(**mleko**) ok 10g, szynka krucha ok10g, twarożek z morelą (twaróg półtłusty śmietankowy(**mleko**), morela), sałata lodowa, rzodkiewka, herbata owocowa ok 150ml (woda, napar owocowy z dziką różą, cukier trzcinowy) |
| **Obiad** | Zupa szpinakowa z kluseczkami ok 250g ( włoszczyzna (**seler** ), ćwiartka z kurczaka, sól , liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, szpinak, czosnek, śmietana 12% (**mleko**), makaron zacierka(pszenica)) Pieczeń z indyka z twarogiem ok 80g (filet z piersi indyka, sól, pieprz czarny, papryka słodka , jaja, otręby owsiane (**owies**), twaróg półtłusty śmietankowy (**mleko**), olej) Ziemniaki z koperkiem 150 g Sałatka z ogórka kiszonego, papryka czerwonej świeżej, pory i jogurtu naturalnego (**mleko**)Woda z **pomarańczą** ok 150 ml  |
| **Podwieczorek** | Domowe muslii z jogurtem naturalnym (jogurt naturalny (**mleko**), miód, ppłatki orkiszowe pełnoziarniste (**orkisz**), płatki żytnie pełnoziarniste (**żyto**),otręby owsiane (**owies**), płatki kukurydziane granola czekoladowa (**jęczmień, owies**, **kakao**), rodzynki, suszona żurawina, płatki migdałowe) |
|  **ŚRODA 18.06.2025** |
| **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, schab sopocki ok 10g, ogórek świeży, twarożek z rzodkiewką (twaróg śmietankowy półtłusty (**mleko**), rzodkiewka), herbata zielona z żurawiną i cukrem trzcinowym ok 150 mlOwoce |
|  **Obiad** | Zupa fasolowa z ziemniakami ok 250g (włoszczyzna (**seler**), ćwiartka z kurczaka, ziemniaki, kiełbaska wieprzowa, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie, papryka wędzona, majeranek , cebula**, seler naciowy,** fasola biała, czosnek, koncentrat pomidorowy)Potrawka z kurczaka w sosie własnym ok 80g( filet z piersi kurczaka, cebulka, czosnek, sól, pieprz czarny, olej, papryka słodka, pieprz ziołowy, mąka ziemniaczana)Ryż paraboliczny ok 150gBrokuł gotowanyWoda z cytryną ok 150 ml  |
| **Podwieczorek** | Placuszki z jabłkami (mąka pszenna (**pszenica**), **mleko** 12%, **jaja**, cukier, cukier waniliowy, **jabłka**, olej), herbatka owocowa ok 150 ml (napar owocowy z hibiscusem, cukier) |
|  **CZWARTEK 19.06.2025**  |
| **Śniadanie****II śniadanie** |  **ŚWIĘTO BOŻEGO CIAŁA** |
| **Obiad** |  |
| **Podwieczorek** |   |
|  **PIĄTEK 20.06.2025** |
| **Śniadanie** **II śniadanie** | Chleb oliwski( **pszenica, żyto**)ok 50g, masło ok 10g, serek kanapkowy naturalny (**mleko**), dżem truskawkowy 100% owoców, sałata lodowa, ogórek kiszony, herbatka ziołowa z cukrem trzcinowym ok 150 ml (herbatka ziołowa (bukiet 7 zbóż), cukier trzcinowy) Owoce |
| **Obiad** | Zupa neapolitańska z zieloną pietruszką ok 250g(włoszczyzna (**seler**), cebula , sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, por, **seler naciowy**, ), ćwiartka z kurczaka, makaron nitki (**pszenica),** zielona pietruszka)Jajko sadzone 1 szt Ziemniaki ok 150 g Fasolka szparagowa z masełkiemWoda z cytryną 150ml |
| **Podwieczorek** | Budyń czekoladowy (budyń czekoladowy w proszku (**kakao**),**mleko** 12%, cukier ) , 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.