|  |  |
| --- | --- |
| **PONIEDZIAŁEK 17.02.2025** | |
|  | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb razowy ze słonecznikiem (**pszenica, żyto, słonecznik** ), chleb gburszczi (**pszenica, mleko, żyto** ) ok 50g, masło(**mleko**) ok 10g, szynka drewnem wędzona ok10g, twarożek z papryką (twaróg półtłusty śmietankowy(**mleko)**,**mleko,** papryka czerwona świeża), sałata lodowa, ogórek świeży, napar owocowy z cukrem trzcinowym (susz owocowy z dziką różą, woda, cukier trzcinowy ) ok 150ml  Owoce |
|  | Zupa krem z marchewki z prażonymi nasionami dyni i słonecznika ok 250g(włoszczyzna **(seler** ), cebula, ziemniaki , sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, pieprz czarny, masło (**mleko**), śmietana 12% (**mleko**), prażone nasiona słonecznika i dyni)  Racuchy drożdżowe z cukrem pudrem2 szt(mąka pszenna tortowa(**pszenica**), mąka pełnoziarnista pszenna(**pszenica**), mleko 2% (**mleko**) ,sól , cukier wanilinowy, cukier puder, drożdże, olej)  Woda z cytryną ok 150ml |
| **Podwieczorek** | Płatki ryżowe z musem jagodowym(płatki ryżowe, **mleko** 2 %, cukier trzcinowy, jagody leśne mrożone) |
| **WTOREK 18.02.2025** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Kasza pęczak mleku 2% (**mleko, żyto** ) z miodem , bułka grahamka (**pszenica**) ok 50g, masło(**mleko**)ok 10g, dżem truskawkowy 100% owoców, herbata czarna z cytryną i cukrem trzcinowym ok 150ml, rodzynki  Owoce |
| **Obiad** | Zupa szpinakowa z kluseczkami ok 250g ( włoszczyzna (**seler** ), ćwiartka z kurczaka, sól , liść laurowy, ziele angielskie, szpinak, czosnek, śmietana 12% (**mleko**), makaron zacierka (**pszenica**))  Szaszłyki drobiowe z papryką i kiełbaską 1 szt (mięso z uda kurczaka, sól, cebula, pieprz czarny, pieprz ziołowy, papryka słodka, papryka czerwona świeża, kiełbaska wieprzowa**)**  Ziemniaki ok 150 g  Ogórek kiszony  Woda z **pomarańczą** 150 ml |
| **Podwieczorek** | Domowy kisiel truskawkowy(woda, **truskawki** mrożone, cukier, mąka ziemniaczana), sos jogurtowy ( jogurt naturalny (**mleko**), cukier), chrupki kukurydziane |
| **ŚRODA 19.02.2025** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb pszenny z dodatkiem ziaren(**pszenica, owies, jęczmień, żyto, mleko**), chleb graham(**pszenica, żyto**) ok50g, masło ok 10,sałata lodowa, szynka delikatesowa z kurcząt ok 10g, papryka czerwona świeża, twarożek z rodzynkami (twaróg śmietankowy półtłusty (**mleko**), sól, rodzynki), herbata zielona z pomarańczą i cukrem trzcinowym ok 150 ml |
| **Obiad** | Zupa pomidorowa z kaszą jaglaną 250g ( włoszczyzna (**seler**),ćwiartka z kurczaka, kasza jaglana (**pszenica**) , sól, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie, koncentrat pomidorowy, śmietana 12% (**mleko**), zielona pietruszka , cebula**, seler naciowy**)  Kotlet mielony ,duszony w sosie własnym ok 80g (mięso z szynki wieprzowej , sól, pieprz czarny, cebula, mąka pszenna(**pszenic**a), czosnek, pieprz ziołowy, otręby owsiane (owies), **jaja**)  Ziemniaki ok150 g  Buraczki gotowane (buraczki, **jabłuszka**, cytryna, cukier, oliwa)  Woda z cytryną ok 150 ml |
| **Podwieczorek** | Koktajl owocowy (jogurt naturalny(**mleko**), truskawki, banany, cukier),wafle kukurydziane |
| **CZWARTEK 20.02.2025** | |
| **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 suszonymi pomidorami(gotowane mięso drobiowe, suszone pomidory w oliwie z ziołami, serek kanapkowy naturalny(**mleko**),), serek twarogowy z ziołami (**mleko**), rzodkiewka, sałata lodowa, herbata czarna z cytryną i miodem 150ml  Owoce |
| **Obiad** | Zupa żurek na kefirze 250g ( włoszczyzna (**seler**),ćwiartka z kurczaka, mąka pszenna(**pszenica**) , sól, pieprz czarny, liść laurowy, majeranek, ziele angielskie, ziemniaki, kefir (**mleko**), czosnek , cebula, **seler naciowy**)  Gulasz z piersi indyka w sosie własnym ok 80g (filet z indyka , sól, pieprz czarny, cebula, mąka pszenna(**pszenica**), czosnek, pieprz ziołowy)  Mix kasz ok150 g (kasza jęczmienna (**jęczmień**), kasza gryczana(**gryka**))  Surówka z kapusty białej, papryki czerwonej świeżej, ogórka kiszonego i jabłuszka w sosie winegret  Woda z **pomarańczą** 150ml |
| **Podwieczorek** | Budyń waniliowy z musem wiśniowym (budyń malinowy w proszku , **mleko 2%,** wiśnie**, c**ukier) |
| **PIĄTEK 21.02.2025** | |
| **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**), serek kozi, pasta z tuńczyka(tuńczyk w sosie własnym(**ryba**), serek kanapkowy naturalny(**mleko**), **jaja** gotowane, szczypiorek), ogórek kiszony, **kakao** na mleku z cukrem trzcinowym150 ml  Owoce |
| **Obiad** | Zupa z zielonej soczewicy ok 250g(włoszczyzna (**seler**), cebula , sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, por, **seler naciowy**, ćwiartka z kurczaka, ziemniaki, majeranek, papryka wędzona, kiełbaska wieprzowa, zielona soczewica, koncentrat pomidorowy )  Pulpet rybny w sosie koperkowo-śmietankowym 80g(filet z morszczuka (**ryba**) **jaja,** pieprz cytrynowy, sól, pieprz czarny, mąka pszenna(**pszenica**), koperek, śmietanka 12%(**mleko**))  Warzywa gotowane  Ryż paraboliczny ok 150g  Woda z cytryną 150ml |
| **Podwieczorek** | Owocowy zawrót głowy (jabłka, melon, gruszka, papryka czerwona świeża, kiwi, marchewka, ogórek kiszony, ) |

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.