|  |
| --- |
|  |
|  **PONIEDZIAŁEK 20.05.2024** |
| **Śniadanie****II śniadanie** | Chleb razowy ze słonecznikiem (**pszenica, żyto, słonecznik** ), chleb gburszczi (**pszenica, mleko, żyto** ) ok 50g, masło(**mleko**) ok 10g, szynka drwala ok10g, twarożek ze szczypiorek(twaróg śmietankowy półtłusty(mleko), szczypiorek), ogórek świeży, rukola, herbata owocowa (susz owocowy z hibiscusem) z cukrem trzcinowym ok 250mlOwoce 100g |
|  |  Zupa marchwianka z ziemniakami ok 250g(włoszczyzna **(seler)** ,cebula, masło(**mleko**), sól, przyprawy**,** ziemniaki,  **seler naciowy,** zielona pietruszka)Makaron łazanka z kiełbaską i kiszoną kapustą170g (makaron łazanka**(pszenica**),kiszona kapusta, cebulka, kiełbaska wieprzowa, przyprawy, cukier) Woda z cytryną ok 150ml  |
| **Podwieczorek** | Kaszka manna (**pszenica**) na **mleku** z musem owocowym (**śliwki, wiśnie, truskawki, czerwone i czarne porzeczki, agrest, aronia**)  |
|  **WTOREK 21.05.2024** |
| **Śniadanie****II śniadanie** | Kasza bulgur(**pszenica**) 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 z ciecierzycy z ziemniakami ok 250g ( włoszczyzna (**seler** ), ćwiartka z kurczaka, sól , przyprawy, cebula, ziemniaki, ciecierzyca, czosnek, kiełbaska wieprzowa) Gulasz z szynki wieprzowej ok 80g (mięso z szynki wieprzowej, mąka pszenna , sól, cebula, czosnek, przyprawy**)**Mix kasz ok 150g (kasza jęczmienna(**jęczmień**), kasza orkiszowa(**orkisz**))Ogórek kiszonyWoda z pomarańczą ok150 ml  |
| **Podwieczorek** | Galaretka wiśniowa, sos jogurtowy ( jogurt naturalny (mleko), cukier), chrupki kukurydziane, talerzyk witaminek - owoce  |
|  **ŚRODA 22.05.2024** |
| **Śniadanie****II śniadanie** | Chleb pszenny z dodatkiem ziaren(**pszenica, owies, jęczmień, żyto, mleko**), chleb graham(**pszenica, żyto**) ok50g, masło ok 10g,sałata lodowa, szynka drewnem wędzona ok 10g, rzodkiewka, serek kanapkowy z ziołami, herbata zielona z pomarańczą i cukrem trzcinowym ok 150 ml |
|  **Obiad** | Zupa ryżanka z zieloną pietruszką ok 250g ( włoszczyzna (**seler**),kurczak rosołowy, sól, przyprawy, cebula**, seler naciowy,** ryż biały, pietruszka zielona, vegeta natural)Kotlet pożarski ok 80g (mięso z piersi kurczaka, przyprawy, **jaja**, otręby owsiane(**owies**), olej )Ziemniaki ok 150 gMizeria na jogurcieWoda z pomarańczą ok 150 ml  |
| **Podwieczorek** | Wafle ryżowe , pasta jajeczna (jajko gotowane, serek kanapkowy naturalny (mleko)), twarożek waniliowy (twaróg śmietankowy półtłusty (mleko), cukier waniliowy),rukola, papryka czerwona świeża**, mleko** ok 150ml |
|  **CZWARTEK 23.05.2024**  |
| **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 (kiełbaska wieprzowa, czarnuszka**,** serek kanapkowy naturalny(**mleko**),), serek twarogowy naturalny (**mleko**), papryka czerwona świeża, sałata lodowa, herbata czarna z cytryną i miodem 150ml Owoce |
| **Obiad** | Zupa krupnik z zielona pietruszką ok 250g (włoszczyzna(**seler**), cebula, **seler naciowy** ,ziemniaki, czosnek, ćwiartka z kurczaka kasza jęczmienna (**jęczmień**), sól, przyprawy)Pieczona pałka z kurczaka ok g(podudzie z kurczaka, sól, przyprawy, olej)Ziemniaki z koperkiem ok 150gFasolka szparagowa z wodyWoda z pomarańczą ok 150 ml |
| **Podwieczorek** | Budyń czekoladowy (budyń czekoladowy w proszku (**kakao**), **mleko**) , talerzyk witaminek-owoce  |
|  **PIĄTEK 24.05.2024** |
| **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**)), mozzarella(**mleko**), pomidor malinowy, herbatka ziołowa (melisa) z cukrem trzcinowym ok150 ml Owoce 100g |
| **Obiad** | Zupa wiedeńska z zieloną pietruszką ok 250g(włoszczyzna (**seler**), cebula , sól, przyprawy, por, **seler naciowy**, ćwiartka z kurczaka , vegeta natural, kasza manna(**pszenica**), zielona pietruszka)Kotlet vege 1szt(kasza jęczmienna (**jęczmień**), sól, przyprawy, bułka tarta (**pszenica**), **jaja,** groch, otręby owsiane (**owies**)musztarda (**gorczyca**), keczup, olej)Ziemniaki puree (**mleko**) ok 150gSurówka z sałaty lodowej, ogórka świeżego, czerwonej cebulki, papryki czerwonej świeżej i jogurtu naturalnego (**mleko**)Woda z cytryną ok 150ml |
| **Podwieczorek** | Koktajl owocowy (jogurt naturalny (**mleko**)jagody mrożone, banany, cukier), podpłomyki bezcukrowe |

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.