|  |
| --- |
|  |
|  **PONIEDZIAŁEK 28.10.2024** |
| **Śniadanie****II śniadanie** | Chleb razowy ze słonecznikiem (**pszenica, żyto, słonecznik** ), chleb gburszczi (**pszenica, mleko, żyto** ) ok 50g, masło(**mleko**) ok 10g, szynka sołtysówka ok 10g, twarożek waniliowy(twaróg półtłusty śmietankowy(**mleko)**,**mleko2%,** cukier wanilinowy), rukola, porcja rzodkiewki ,herbata owocowa z cukrem trzcinowym ok 250ml (napar owocowy z maliną, cukier trzcinowy)Owoce 100g |
|  |  Zupa krem marchewkowo-dyniowy z prażonymi nasionami słonecznika ok 250g(włoszczyzna **(seler** ), cebula, sól, pieprz czarny, pieprz ziołowy, dynia, **seler naciowy**, masło(**mleko**), ziemniaki, prażone nasiona słonecznika, śmietana 12%(**mleko**))Makaron łazanka z kiełbaską i kiszoną kapustą ok 230g**(** makaron łazanka **(pszenica),** kapusta kiszona, kiełbaska wieprzowa, cebulka, pieprz czarny, cukier, kminek)Woda z **cytryną** ok 150ml  |
| **Podwieczorek** | Deser ryżowy na mleku z musem jabłkowym(ryż jaśminowy, **mleko 2%** ,cukier, **jabłka,** cynamon)  |
|  **WTOREK 29.10.2024** |
| **Śniadanie****II śniadanie** | Płatki owsiane (**owies**)na mleku (**mleko** ) z miodem , bułka grahamka (**pszenica**) ok 50g, masło(**mleko**)ok 10g, dżem truskawkowy100% owoców, herbata czarna z **cytryną** i cukrem trzcinowym ok 150ml, rodzynkiOwoce 100g |
| **Obiad** | Zupa kapuśniaczek z ziemniakami ok 250g ( włoszczyzna (**seler** ), ćwiartka z kurczaka, sól , liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, cebula, ziemniaki, kapusta biała, kminek, **seler naciowy,** koperek) Potrawka z szynki w sosie pomidorowym ok 80g (mięso z szynki wieprzowej, sól, pieprz czarny ,olej, czosnek, cebula, mąka pszenna(**pszenica**), papryka słodka, koncentrat pomidorowy )Kasza orkiszowa (**orkisz**) ok 150 gWarzywa gotowane (brokuł, marchewka mini)Woda z **pomarańczą**150 ml  |
| **Podwieczorek** | Galaretka malinowa, sos jogurtowy( jogurt naturalny (**mleko**), cukier), chrupki kukurydziane, talerzyk witaminek-owoce |
|  **ŚRODA 30.10.2024** |
| **Śniadanie****II śniadanie** | Chleb pszenny z dodatkiem ziaren(**pszenica, owies, jęczmień, żyto, mleko**), chleb graham(**pszenica, żyto**) ok50g, masło(**mleko**) ok 10g,rukola, szynka delikatesowa z kurcząt ok 10g,twarożek z rzodkiewką (twaróg śmietankowy półtłusty (**mleko**), rzodkiewka),porcja ogórka świeżego, herbata zielona z pomarańczą ok 150 ml |
|  **Obiad** | Zupa rosół drobiowy z makaronem ok 250g ( włoszczyzna (**seler**), ćwiartka z kurczaka, kurczak rosołowy sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, vegeta natural, makaron nitka(**pszenica**), **seler naciowy,** zielonapietrusz**ka**)Nuggetsy z kurczaka ok 80g(filet z piersi kurczaka, sól, pieprz, papryka słodka, olej, **jaja** , bułka tarta(**pszenica**))Ziemniaki z koperkiem ok 150gSurówka z ogórka kiszonego, pora, papryki czerwonej i jogurtu naturalnego (**mleko**)Woda z **cytryną** ok150 ml  |
| **Podwieczorek** | Kaszka manna na mleku z musem owocowym(kasza manna (**pszenica**), **mleko 2%,** cukier,  |
|  **CZWARTEK 31.10.2024**  |
| **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 z czarnuszką (kiełbaska wieprzowa, serek kanapkowy naturalny(**mleko**),czarnuszka), serek twarogowy naturalny(**mleko**),porcja papryki czerwonej świeżej, sałata lodowa, herbata czarna z **cytryną** i miodem ok 150ml Owoce |
| **Obiad** | Zupa grochowa z ziemniakami ok 250g (włoszczyzna(**seler**), cebula, czosnek, **seler naciowy** , ćwiartka z kurczaka, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, pieprz czarny, ziemniaki, kiełbaska wieprzowa, majeranek, groch, papryka wędzona **)**Muffinki drobiowe 1 szt(filet z piersi kurczaka, **jaja**, cebulka, cukinia, pieprz ziołowy, sól, pieprz czarny, otręby owsiane(**owies**)Ziemniaki puree ok 150g (**mleko**)Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka świeżego, marchewki, **jabłuszka**, kukurydzy i jogurtu naturalnego( **mleko**) ,Woda z **pomarańczą**150ml  |
| **Podwieczorek** | Budyń czekoladowy (budyń czekoladowy w proszku (**kakao**), **mleko 2%**), talerzyk witaminek-owoce |
|  **PIĄTEK 01.11.2024** |
| **Śniadanie** **II śniadanie** |  **DZIEŃ WSZYSTKICH ŚWIĘTYCH**  |
| **Obiad** |  |
| **Podwieczorek** |  |

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.