



### Jadłospis 15.05.2023 – 31.05.2023r

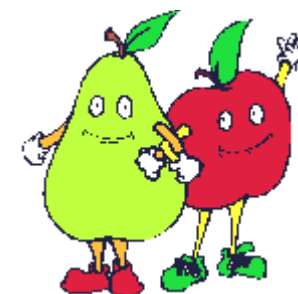
| Data   | Śniadanie   | Obiad   | Podwieczerek   |
|--|---|---|--|
| <p><b>Poniedziałek</b><br/><b>15.05.2023</b></p> <p><b>Kcal 1020</b></p> | <p>Kawa na <b>mleku</b> /jęczmień, żyto//200ml,<br/>weka/ mąka <b>pszenna</b>, jaja/ 30g,<br/><b>masło</b> 5g,<br/>pasta z sera żółtego 30g,<br/>/ ser <b>mozzarella</b>, <b>majonez</b>, <b>jajko</b>, szczypiorek/<br/>pomidorki koktajlowe 30g</p> | <p>Zupa ze świeżych kalafiorów<br/>z makaronem, natką pietruszki 250ml<br/>/kalafior, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, por, mąka<br/><b>pszenna</b>, <b>śmietana</b> a/<br/>leczo z indykiem 150g<br/>/cukinia, papryka, cebula, pomidory pellati, olej, koper/<br/>ziemniaki z koperkiem 150g<br/>kompot wiśniowy 200ml</p>                                    | <p>Mini drożdżówka z owocami 40g<br/>/ mąka <b>pszenna</b>, <b>mleko</b>, <b>jaja</b>, olej/<br/>czekolada pitna na <b>mleku</b> 150ml</p> |
| <p><b>Wtorek</b><br/><b>16.05.2023</b></p> <p><b>Kcal 990</b></p>        | <p>Chleb orkiszowy 40g<br/>/mąka orkiszowa, <b>pszenna</b>, <b>jaja</b>,<br/><b>masło</b> 5g,<br/>awanturka z <b>twarogu</b> z warzywami<br/>/ <b>jogurt</b>, rzodkiewka, szczypiorek/ 40g,<br/>cząstki gruszki 40g<br/>herbata z cytryną 200ml</p>   | <p>Zupa fasolowa z ziemniakami 250ml<br/>/ fasola, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, mąką <b>pszenna</b>,<br/><b>masło</b>/<br/>gołąbki z mięsem w sosie grzybowym<br/>150g/50ml<br/>/kapusta biała, ryż, cebula, łopatka wieprzowa, mąka<br/><b>pszenna</b>, pieczarka, <b>śmietana</b>, olej/<br/>kompot porzeczkowo- jabłkowy 200ml<br/>świeże owoce 100g</p> | <p>Wafelki ryżowe z wiesiołkiem 20g,<br/><b>masło</b> 5g,<br/>powidło śliwkowe 20g,<br/>bawarka na <b>mleku</b> 150ml</p>                  |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| <p><b>Środa</b><br/><b>17.05.2023</b></p> <p><b>Kcal 1000</b></p>        | <p>Płatki kukurydziane na <b>mleku</b> 200ml,<br/>chleb słonecznikowy 30g<br/>/ mąka <b>pszenna, jaja/</b><br/><b>masło</b> 5 g,<br/>pasta z marchewki z tymiankiem i oliwą 30g,<br/>herbata z cytryna 200ml</p> | <p>Zupa ogórkowa zabieleną z ziemniakami 250ml<br/>/ ogórek kiszony, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, mąka <b>pszenna, jaja , śmietana/</b><br/>kluski na parze z sosem truskawkowym<br/>/ mąka <b>pszenna</b>, drożdże , <b>mleko</b>, olej/<br/><b>jogurt</b> Actimell 100ml</p>   | <p>Kisiel żurawinowy 150g<br/>chrupki kukurydziane 20g</p>  |
| <p><b>Czwartek</b><br/><b>18.05.2023</b></p> <p><b>Kcal 1100</b></p>     | <p>Bułka pszenna 50g,<br/>/ mąka <b>pszenna, jaja/</b><br/><b>masło</b> 5g,<br/>parówka 85% mięsa 40g/ <b>soja/</b>,<br/><b>ser</b> almette 15g , rzodkiewka<br/>herbata z sokiem malinowym 200ml</p>            | <p>Biały barszcz z ziemniakami i natką pietruszki 250ml<br/>/kurczak, marchew, pietruszka, <b>seler, śmietana</b> ,cebula, mąka <b>pszenna/</b><br/>krokiety z kapustą i mięsem 150g<br/>/ mąka <b>pszenna, mleko, jaja</b>, kapusta, wieprzowina<br/>cebula, olej/<br/>sok piracki 150ml<br/>/jabłko, gruszka, rabarbar, burak/</p>                                 | <p>Deser <b>jogurtowo-</b> czekoladowy i granollą 150g/ płatki <b>orkiszowe, owsiane</b>, suszone owoce/,<br/>herbata 150ml</p>                   |
| <p><b>Piątek</b><br/><b>19.05.2023</b></p> <p><b>Kcal 1030</b></p>       | <p>Makaron gwiazdki na <b>mleku</b> 200ml,<br/>rogal maślany 30g,<br/>/ mąka <b>pszenna, jaja, mleko/</b><br/><b>masło</b> 10g,<br/>powidło truskawkowe 20g,<br/>herbata 200ml</p>                               | <p>Zupa pieczarkowa z makaronem 250ml,<br/>/ pieczarka, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b>, mąka <b>pszenna, śmietana/</b><br/>koreczki rybne panierowane 80g<br/>/ <b>mintaj</b> amerykański, olej, bułka <b>pszenna</b> /<br/>ziemniaki ze szczypiorkiem 150g<br/>buraczki na ciepło 70g<br/>/ mąka <b>pszenna, masło, mleko/</b><br/>kompot owocowy 200ml</p> | <p>Herbata miętowa 150ml,<br/><b>serek</b> homo ze świeżymi truskawkami 150g</p>  |
| <p><b>Poniedziałek</b><br/><b>22.05.2023</b></p> <p><b>Kcal 1000</b></p> | <p>Bułka grahamka 50g,<br/>/ mąka <b>pszenna, jaja/</b><br/><b>masło</b> 10g,<br/>szynka wołowa 30g<br/>ogórek świeży 40g,<br/>kawa zbożowa/ <b>jęczmień, żyto</b> /<br/>na <b>mleku</b> 200ml</p>               | <p>Zupa ziemniaczana z majerankiem 250ml<br/>/marchew, pietruszka, <b>seler</b>, pory, kapusta włoska mąka <b>pszenna, masło/</b><br/>penne razowe po włosku z mięsem 150g<br/>/mąka <b>pszenna, jaja</b>, szynka, cebula, pomidory suszone, oliwki , szpinak/<br/>sałata zielona z <b>jogurtem</b> 50g<br/>kompot wieloowocowy</p>                                  | <p>Weka 30g<br/>/ mąka <b>pszenna, jaja/</b><br/><b>masło</b> 5g<br/>pasztet drobiowy 30g<br/>rzodkiewka tarta<br/>kawa na <b>mleku</b> 150ml</p> |
| <p><b>Wtorek</b><br/><b>23.05.2023</b></p> <p><b>Kcal 990</b></p>        | <p>Kasza kukurydziana na <b>mleku</b> 200ml,<br/>weka 30g,<br/>/ mąka <b>pszenna, jaja, mleko/</b><br/><b>masło</b> 5g,</p>  | <p>Rosół z makaronem 250ml<br/>/ kurczak, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, kapusta włoska, cebula, mąka <b>pszenna/</b><br/>ziemniaki z koperkiem 150g</p>   | <p>Pudding z malinami 150ml<br/>/ <b>mleko</b>, malina /</p>  |

|  |   |  |   |
|--|---|--|---|
|  | <p>pasta z pieczonych warzyw 30g<br/>/ bakłażan, papryka, szalotka/<br/>herbata 200ml</p>   | <p>klopsiki drobiowe w sosie warzywnym 80g<br/>/ udziec drobiowy, <b>jaja</b>, cebula, mąka <b>pszenna</b>, olej/<br/>mizeria ze <b>śmietaną</b> 80g<br/>kompot 150ml</p>  |   |
| <p><b>Środa</b><br/><b>24.05.2023</b></p> <p><b>Kcal 990</b></p>         | <p>Bułka z kurkumą 50g,<br/>/ mąka <b>pszenna</b>, <b>jaja</b>/<br/><b>masło</b>10g,<br/>połędwica drobiowa 30g/ <b>soja</b>/<br/>ogórek świeży 40g,<br/>kawa zbożowa/ <b>jęczmień</b>, <b>żyto</b> /<br/>na <b>mleku</b> 200ml</p> | <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml<br/>/ mieszanka warzywna b. selera, cebula, mąka <b>pszenna</b>,<br/><b>śmietana</b>/<br/>zapekany ryż z jabłkami i cynamonem150g<br/>waniliowa polewa <b>jogurtowa</b> 80ml<br/>kompot owocowy 200ml,</p>   | <p>Chlebek z amarantusem 20g<br/>/ mąka <b>pszenna</b>, <b>jaja</b> /<br/><b>masło</b> 5g<br/><b>twarożek</b> z koperkiem i papryką<br/>30g<br/>herbata z cytryną 150ml</p> |
| <p><b>Czwartek</b><br/><b>25.05.2023</b></p> <p><b>Kcal 1020</b></p>     | <p>Chleb słonecznikowy 50g<br/>/ mąka <b>pszenna</b>, <b>jaja</b>/<br/><b>masło</b> 10g<br/><b>jajecznicza</b> 50g<br/>szczypior 10g<br/>kawa zbożowa/ <b>jęczmień</b>, <b>żyto</b> /<br/>na <b>mleku</b> 200ml</p>                 | <p>Krupnik z kaszą jaglaną i natką pietruszki<br/>250ml<br/>/marchew, pietruszka, <b>seler</b>, kapusta włoska , <b>śmietana</b>/<br/>placki ziemniaczane z gulaszem mięsnym<br/>150/80g<br/>/ ziemniaki, mąka <b>pszenna</b>, <b>jajko</b>, olej, cebula, szynka<br/>wieprzowa/<br/>sok warzywno – owocowy 150ml</p>  | <p>Ciasto drożdżowe z rabarbarem 80g<br/>wyrób własny<br/>/ mąka <b>pszenna</b>, <b>mleko</b>, drożdże, <b>jaja</b>,<br/>cukier/<br/>kakao na <b>mleku</b> 150ml</p>        |
| <p><b>Piątek</b><br/><b>26.05.2023</b></p> <p><b>Kcal 990</b></p>        | <p>Weka 50g,<br/>/ mąka <b>pszenna</b>, <b>jaja</b>/<br/><b>masło</b> 10g,<br/>pasta z <b>tuńczyka</b>, <b>jaja</b>, <b>twarogu</b> z cebulką<br/>zieloną 40g,<br/>herbata ziołowa 200ml</p>  | <p>Krem z kalarepy, batatów z grzankami<br/>250ml<br/>/ ziemniaki, kalarepa, pietruszka, marchew, cebula,<br/><b>śmietana</b>, mąka <b>pszenna</b>, <b>jaja</b>/<br/>ziemniaki z koperkiem 150g<br/>porcja z łososia panierowana 80g<br/>/ <b>łosoś</b>, <b>jaja</b>, olej, <b>bułka</b> tarta/<br/>rózyczki brokuła z pary z <b>masłem</b> 50g<br/>kompot truskawkowy 200ml</p> | <p>Świeże owoce 100g,<br/>ciasteczka jaglane z marchewką<br/>30g<br/>/ mąka jaglana, <b>jaja</b> /</p>  |
| <p><b>Poniedziałek</b><br/><b>29.05.2023</b></p> <p><b>Kcal 1040</b></p> | <p>Weka 50g,<br/>/ mąka <b>pszenna</b>, <b>jaja</b>/<br/><b>masło</b> 10g,<br/>połędwica drobiowa 30g/ <b>soja</b>/<br/>ogórek świeży 30g<br/>kawa zbożowa/ <b>jęczmień</b>, <b>żyto</b> /<br/>na <b>mleku</b> 200ml</p>            | <p>Zupa pomidorowa z makaronem 250ml<br/>/ passata pomidorowa, mieszanka warzywna b. selera,<br/>cebula, mąka <b>pszenna</b>, <b>śmietana</b>/<br/>naleśniki z twarogiem i musem z mango<br/>150g<br/>/ mąka <b>pszenna</b>, <b>jaja</b>, <b>mleko</b>, olej, <b>twaróg</b>, cukier/<br/>kompot jabłkowo- wiśniowy 200ml</p>   | <p>Weka 30g<br/>/ mąka <b>pszenna</b>, <b>jaja</b> /<br/><b>masło</b> 5g<br/><b>jajko</b> 30g<br/>rzodkiewka tarta<br/>herbata owocowa 150ml</p>                            |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| <p><b>Wtorek</b><br/><b>30.05.2023</b></p> <p><b>Kcal 1020</b></p> | <p>Bułka kajzerka 50g,<br/>/ mąka <b>pszenna</b>, jaja/<br/><b>masło</b> 10g,<br/><b>ser</b> żółty 30g<br/>pomidor 30g<br/>kakao na <b>mleku</b> 200ml</p>                       | <p>Zupa koperkowa z ryżem 250ml<br/>/ koper, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, cebula, <b>śmietana</b>/<br/>ziemniaki puree 150g<br/><b>/masło, mleko/</b><br/>sznycel wieprzowy 80g<br/>/ karkówka, cebula, <b>jaja</b>, bułka <b>pszenna</b>, olej/<br/>surówka wiosenna z kapustą pekińską 80g<br/>/ ogórek świeży, rzodkiewka, kukurydza, <b>śmietana</b>,<br/><b>jogurt/</b><br/>kompot wiśniowy 200ml</p> | <p>Galaretka owocowa z bitą<br/><b>śmietaną</b> i brzoskwinia 150g<br/>chrupki kukurydziane 20g</p> |
| <p><b>Środa</b><br/><b>31.05.2023</b></p> <p><b>Kcal 1010</b></p>  | <p>Chleb orkiszowy 50g,<br/>/ mąka <b>pszenna</b>, jaja/<br/>masło 10g<br/><b>twarożek</b> z rzodkiewką 25g,<br/>szynka drobiowa/<b>soja</b>/15g<br/>herbata z cytryną 200ml</p> | <p>Botwinka z ziemniakami ,jajkiem 250ml<br/>/ botwina, burak, cytryna, marchew, ziemniaki, <b>jajko</b>,<br/>koper , <b>śmietana</b>, mąka <b>pszenna</b>/<br/>kaszotto z warzywami , kurczakiem 150g<br/>/ kasza <b>bulgur</b>, marchew, fasolka szparagowa, papryka,<br/>cukinia żółta, olej/<br/>kompot wiśniowy 200ml</p>   | <p>Budyń z sokiem 150ml<br/><b>/mleko/</b><br/>chrupki kukurydziane 20g</p>                         |
|  |  |  |   |

**Smacznego !!!**



**Dzieciom podawana jest codziennie woda mineralna niegazowana.**

**Zastrzegamy sobie prawo do niewielkich zmian w jadłospisie.**

**Zgodnie z załącznikiem 2 do rozporządzenia 1169/2011 w jadłospisie wyróżniono pogrubieniem substancje lub produkty powodujące alergie.**