



Jadłospis 01.07.2024 – 12.07.2024

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 01.07.2024 Kcal 1100	Weka 50g, / mąka pszenna , jaja/ masło 5g, Serek Almette z ziołami 40g Pomidor b/s 40g kawa zbożowa na mleku 200ml / jęczmień, żyto/	Letnia zupa jarzynowa z makaronem natką pietruszki 250ml, / ziemniaki, marchew, pietruszka, por, kapusta włoska, kurczak/ Kotlet Vege 80g /soja ,ryż, mąka pszenna , jaja, kalafior, seler/ Ziemniaki z koperkiem 150g Sałata z sosem jogurtowym 80g sok wiśniowo - jabłkowy 150ml	Mus owocowy 80ml ciasteczko owsiane 20g / płatki owsiane , jaja , marchew /
Wtorek 02.07.2024 Kcal 1150	Chleb pszenno – żytni 50g / mąka pszenna , żyto/ masło 5g, parówki 85 % szynki / soja / Liść sałaty kawa zbożowa na mleku 200ml / jęczmień, żyto/	Zupa brokułowa z ziemniakami 250ml / kurczak , śmietana , brokuły , marchew, pietruszka, seler/ Kotlet pożarski 80g / karczek , cebula, olej, jaja , mąka pszenna / Ziemniaki ze szczypiorkiem 150g Mini marchewka z wody 80g kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 20g kakao na mleku 150ml dżem truskawkowy 5g
Środa 03.07.2024	Płatki kukurydziane na mleku 200ml, weka 30g/ mąka pszenna , jaja/ masło 10g,	Zupa fasolowa z ziemniakami na wędzonce 250ml / ziemniaki, fasola jaś , seler, żeberka wędzone, marchew, pietruszka/	Graham 30g / mąka pszenna , jaja/ masło 5g,

<p>Kcal 1050</p>	<p>połudwica drobiowa 25g / soja/ ogórek świeży 20g herbata 200ml</p>	<p>Knedle z truskawkami 150 g /twaróg, mąka pszenna, jaja, truskawki / Jogurt waniliowy 60ml Kompot truskawkowy 200ml</p>	<p>ser mozzarella 25g pomidor b/s 15g herbata 150ml</p>
<p>Czwartek 04.07.2024</p> <p>Kcal 1100</p>	<p>Chleb pszenno – żytni 50g / mąka pszenna, żyto/ masło 5g, ser żółty gouda 30g ogórek kiszony 20g kawa zbożowa na mleku 200ml / jęczmień, żyto/</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml / kalafior, marchew, pietruszka, seler, kapusta włoska pory Gulasz drobiowy 80g/60ml / mąka pszenna, udziec z kurczaka , cebula, olej / Kasza bulgur 80g Kalafior z wody z masełkiem 80g Sok jabłkowo-wiśniowy 150ml /jabłko, wiśnia /</p>	<p>Koktajl truskawkowy na jogurcie 150ml chrupki kukurydziane 30g</p>
<p>Piątek 05.07.2024</p> <p>Kcal 1100</p>	<p>Chleb mieszany 50g / mąka pszenna, żytnia / masło10g jajko 30g pomidor b/s 20g kawa zbożowa/jęczmień, żyto/ z mlekiem 200ml</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 250ml, / pomidory pellati , marchew, pietruszka, cebula, śmietana/ Ryba z pieca 80g Ziemniaki z koperkiem 150g Surówka z kapusty kiszonej 80g Sok brzoskwiniowo-jabłkowy 200ml</p>	<p>Pieczewo chrupkie 25g / mąka pszenna, jaja/ masło 5g, dżem truskawkowy 20g bawarka / mleko /150ml</p>
<p>Poniedziałek 08.07.2024</p> <p>Kcal 1000</p>	<p>Bułka grahamka 50g /mąka pszenna, jaja/ masło10g, Awanturka z twarogu z koperkiem 30g, rzodkiewka 40g, kawa zbożowa na mleku 200ml /jęczmień, żyto/</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 250ml /marchew, pietruszka, seler, kalafior , ziemniaki, mąka pszenna ,śmietana/ Pierogi z mięsem i z cebulką 80g /szynka wieprzowa, jaja, mąka pszenna, cebula / sok wiśniowo - jabłkowy 150ml</p>	<p>Galaretka z bitą śmietaną i brzoskwinia 150g, Ciasteczka zbożowe 20g /płatki orkiszowe, orzechy, bakalie, jaja/</p>

<p>Wtorek 09.07.2024</p> <p>Kcal 1100</p>	<p><i>Płatki owsiane na mleku 200ml,</i> <i>weka / mąka pszenna, jaja/ 30g,</i> masło 5g, <i>szynka drobiowa 40g</i> <i>/soja/</i> <i>Pomidor b/s 30g</i></p>	<p><i>Zupa wiosenna z ziemniakami 250ml</i> <i>/ marchew, pietruszka, cebula, kurczak, mieszanka warzywna,</i> śmietana/ <i>Zraz wieprzowy 80g</i> <i>/ szynka wieprzowa, jaja, mąka pszenna, olej/</i> Makaron kokardy 150g <i>/mąka pszenna, jaja/</i> Salatka szwedzka 80g <i>/pomidor, ogórek kiszony, marchew, cebula/</i> Kompot owocowy 200ml</p>	<p><i>Budyń waniliowy 150g</i> / mleko/</p>
<p>Środa 10.07.2024</p> <p>Kcal 1010</p>	<p><i>Bułka szpinakowa 50g,</i> <i>/mąka pszenna, jaja/</i> masło 10g, <i>pasztet drobiowy 30g</i> <i>papryka świeża 20g</i> <i>herbata z cytryną 200ml</i></p>	<p><i>Rosolnik z makaronem i natką pietruszki 250ml</i> <i>/pietruszka , marchewka, kurczak, natka pietruszki, seler/</i> Sznyceł Vege 80g <i>/ mąka pszenna, kalafior, ryż, jaja, seler/</i> Kapusta zasmażana 80g <i>/ olej, cebula, mąka pszenna, kapusta, koper/</i> Ziemniaki z masełkiem 150g kompot z owoców mieszanych 200ml</p>	<p><i>Mix świeżych owoców</i> <i>/banan, brzoskwinia, jabłko/</i> Biszkopty 30g <i>/mąka pszenna, jaja/</i></p>
<p>Czwartek 11.07.2024</p> <p>Kcal 1100</p>	<p><i>Bułka kajzerka 50g,</i> <i>/ mąka pszenna, jaja/</i> masło 10g, <i>awanturka z twarogu z rzodkiewką</i> <i>i szczypiorkiem 30g,</i> <i>herbata z cytryną 200ml</i></p>	<p><i>Krem dyniowy z grzankami 250ml</i> <i>/marchewka , pietruszka, kurczak, pietruszka natka, dynia/</i> Kotlet schabowy 80g <i>/mąka pszenna, olej, schab, jaja /</i> Ziemniaki ze szczypiorkiem 150g Mizeria ze śmietaną 80g kompot truskawkowy 200ml</p>	<p><i>Chrupkie pieczywo 20g</i> <i>Dżem truskawkowy</i> <i>bawarka 150ml</i> / mleko, ser/</p>
<p>Piątek 12.07.2024</p> <p>Kcal 1100</p>	<p><i>Rogalik 30g</i> <i>/mąka pszenna, jaja/</i> Masło 5g <i>Powidła śliwkowe 5g</i> <i>Kawa zbożowa na mleku 200ml</i></p>	<p><i>Krupnik z pietruszką zieloną 250ml</i> <i>/pietruszka , marchewka, kurczak, kasza jęczmienna/</i> Paluszki rybne 80g Ziemniaki z koperkiem 150g Surówka z kapusty kiszonej 80g kompot z owoców mieszanych 200ml</p>	<p><i>Ciasteczka zbożowe 30g</i> <i>/płatki owsiane, orzechy, jaja, rodzyunki/</i> Sok owocowy 150g</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 alergię.