



Jadłospis 03.02.2025 – 14.02.2025

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 03.02.2025 Kcal 1000	<i>Weka 50g,</i> <i>/ mąka pszenna, jaja/</i> masło 5g, <i>pasta jajeczna ze szczypiorkiem i papryką</i> <i>czerwoną 40g</i> <i>pomidor 30g b/s</i> <i>kawa zbożowa na mleku 200ml</i> <i>/ jęczmień, żyto/</i>	<i>Zupa wiejska z ziemniakami 250ml,</i> <i>/ ziemniaki, por, żeberka wędzone , marchew, pietruszka, /</i> Penne z łososiem z warzywami 150g <i>/ pomidory suszone, oliwki , pieczarka, papryka, łosoś</i> <i>wędzony ,olej/</i> <i>Sok jabłkowo – wiśniowy 200ml</i> <i>Mandarynka</i>	<i>Kisiel z mandarynkami 150ml</i> <i>ciasteczko jaglane z marchewką</i> 20g <i>/ płatki jaglane, jaja , marchew /</i>
Wtorek 04.02.2025 Kcal 1100	<i>Chleb pszenno – żytni 50g</i> <i>/ mąka pszenna, żyto/</i> masło 5g, twaróg <i>ze szczypiorkiem i ogórkiem</i> <i>zielonym 40g</i> <i>kawa zbożowa na mleku 200ml</i> <i>/ jęczmień, żyto/</i>	<i>Zupa jarzynowa z makaronem i natką</i> <i>pietruszki 250ml</i> <i>/kurczak , śmietana, mieszanka wielowarzywna,</i> <i>marchew, pietruszka, seler, por, mąka pszenna, jaja/</i> ziemniaki z koperkiem 150g <i>bryzol wołowy z cebulką i pieczarkami 80g</i> <i>/wołowina rostbef , jaja, cebula, olej, mąka pszenna/</i> Surówka Colesław 80g <i>/kapusta , ogórek kiszony, marchew, cebula, oliwa , jogurt /</i> <i>kompot owocowy 200ml</i>	<i>Ciasto marchewkowe domowe 80g</i> <i>/ mąka pszenna, masło, marchew, jaja,</i> <i>cukier, cytryna /</i> kakao na mleku 150ml

<p>Środa 05.02.2025</p> <p>Kcal 990</p>	<p>Płatki kukurydziane na mleku 200ml, weka 30g/ mąka pszenna, jaja/ masło 10g, połędwica drobiowa 25g / soja/ ogórek świeży 20g kawa zbożowa /jęczmień, żyto/ na mleku 200ml</p>	<p>Żurek z ziemniakami i jajkiem na wędzonce 250ml, /żurek zakwas, marchew, pietruszka, cebula, śmietana, żeberka wędzone, jaja/ Ryż zapiekany z jabłkiem i brzoskwinią 150g Sos jogurtowy waniliowy 50ml kompot truskawkowy 200ml</p>	<p>Graham 30g / mąka pszenna, jaja/ masło 5g, ser mozzarella 25g pomidor b/s 15g herbata 150ml</p>
<p>Czwartek 06.02.2025</p> <p>Kcal 1010</p>	<p>Chleb pszenno – żytni 50g / mąka pszenna, żyto/ masło 5g, ser żółty gouda 30g liść sałaty kawa zbożowa na mleku 200ml / jęczmień, żyto/</p>	<p>Zupa pieczarkowa z ziemniakami 250ml / pieczarki, marchew, pietruszka, seler, por, kurczak / Kaszotto z warzywami, indykiem 150g / kasza bulgur , marchew, olej, cebula, cukinia, papryka,/ sok jabłkowo – brzoskwinowy 150ml /jabłko, brzoskwinia/</p>	<p>Koktajl truskawkowy na jogurcie 150ml chrupki kukurydziane 30g</p>
<p>Piątek 07.02.2025</p> <p>Kcal 1030</p>	<p>Chleb mieszany 50g / mąka pszenna, żytnia / masło10g jajko 30g pomidor b/s 20g kawa zbożowa/jęczmień, żyto/ z mlekiem 200ml</p>	<p>Krem z zielonych warzyw z groszkiem ptysiowym 250ml /marchew, pietruszka, seler, groszek zielony, kalafior, kurczak/ Naleśniki z twarogiem i musem z mango 150g /50ml Kompot truskawkowy 150ml</p>	<p>Rogalik maślany 50g / mąka pszenna, jaja/25g, masło 5g, dżem 20g mleko 150ml</p>
<p>Poniedziałek 10.02.2025</p> <p>Kcal 1010</p>	<p>Bułka grahamka 50g /mąka pszenna, jaja/ masło10g, szynka wieprzowa/ soja/ 30g, rzodkiewka 40g, kawa zbożowa na mleku 200ml / jęczmień, żyto/</p>	<p>Krupnik zabielały z ziemniakami 250ml /marchew, pietruszka, seler, kapusta włoska, cebula, kasza jaglana, ziemniaki, mąka pszenna ,śmietana/ Spaghetti z mięsem sosem z pomidorów z oregano, tymiankiem 150g /mąka pszenna, jajko, olej, cebula, szynka wieprzowa , pomidory pelati, ser parmezan/ sok wiśniowo - jabłkowy 150ml</p>	<p>Mix świeżych owoców /gruszka ,jabłko ,banan/ Biszkopty 15g /mąka pszenna, jaja, mleko/</p>
<p>Wtorek 11.02.2025</p> <p>Kcal 1020</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 200ml, weka / mąka pszenna, jaja/ 30g, masło 5g, humus z czarnuszką 40g</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml / ogórek kiszony, marchew, pietruszka, cebula, mąka pszenna, śmietana/ Kotlet pożarski 80g / szynka wieprzowa, mąka pszenna, olej, jaja, cebula /</p>	<p>Deser budyniowy czekoladowo- waniliowy z musem mango 150ml / mleko/</p>

	<i>/ciociorka, sezam, oliwa, suszone pomidory/ szczypiorek 5g, kawa zbożowa /jęczmień, żyto/ na mleku 200ml</i>	<i>Ziemniaki puree ze szczypiorkiem 150g sałata lodowa z rzodkiewką i dipem koperkowym 80g / jogurt/ sok gruszkowo- jabłkowy 200ml</i>	
Środa 12.02.2025 Kcal 1010	<i>Bułka szpinakowa 50g, /mąka pszenna, jaja/ masło 10g, pasztet drobiowy 30g papryka świeża 20g herbata z cytryną 200ml</i>	<i>Zupa zimowa z cieciorą i ziemniakami 250ml / mieszanka warzywna b. selera, brukselka, fasolka szparagowa , kurczak, pietruszka natka/ Pierogi ukraińskie z cebulką 150 g /mąka pszenna, jaja, olej, twaróg, ziemniaki / kompot z owoców mieszanych 200ml</i>	<i>Graham /mąka pszenna, jaja/30g, masło 5g, kiełbasa drobiowa 20g/ soja/ herbata 150ml</i>
Czwartek 13.02.2025 Kcal 990	<i>Bułka kajzerka 50g, / mąka pszenna, jaja/ masło 10g, parówka 85% szynki 40g /soja/ ogórek świeży 30g kawa zbożowa /jęczmień, żyto/ z mlekiem 200ml</i>	<i>Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml / marchew, pietruszka, kurczak, koper, mąka pszenna, śmietana/ Gołąbki z mięsem i ryżem 150g /ryż, łopatka wieprzowa kapusta biała, cebula, olej/ Sos pomidorowy z ziołami 50ml /pomidory pelati, mąka pszenna, śmietana, oregano/ Sok jabłkowy 200ml</i>	<i>Chlebek z amarantusem 20g /mąka pszenna, jaja/ twarożek z koperkiem i papryką 30g Herbata z cytryną 150ml</i>
Piątek 14.02.2025 Kcal 1020	<i>Chleb wieloziarnisty 50g, /mąka pszenna, jaja/ masło 10g, ser żółty 30g, rzodkiewka 40g, kawa zbożowa na mleku 200ml /jęczmień, żyto/</i>	<i>Zupa pomidorowa z ryżem 250ml /marchew, pietruszka, seler, pomidory pelati, kurczak/ Ryba panierowana 80g /mąka pszenna, jaja, sandacz, olej / Ziemniaki puree z koperkiem 150g Fasolka szparagowa z masłem 80g Kompot truskawkowy 150ml</i>	<i>Drożdżówki mini z serem 80g /mąka pszenna, jaja, mleko, drożdże , cukier , ser biały / bawarka / mleko/ 150ml</i>

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.