

Jadłospis 6-10.05.2024

PONIEDZIAŁEK

- ✓ **Śniadanie:** płatki kukurydziane z mlekiem (200g), chleb graham (30g), masło 82% (4g), dżem brzoskwiniowy niskosłodzony (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** jabłko (100g)
- ✓ **Obiad:** zupa jarzynowa z ryżem, zabieleną (200 ml), makaron z sosem neapolitańskim i mozzarellą (150g/80g/20g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** Koktajl porzeczkowy– wyrób własny (150g), wafle ryżowe (12g)

ALERGENY: gluten, mleko, seler, jaja

WTOREK

- ✓ **Śniadanie:** chleb wieloziarnisty (60g), masło 82% (6g), ser żółty (30g), pomidor (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** mandarynka (100g)
- ✓ **Obiad:** krem z dyni z dodatkiem mleka kokosowego, z grzankami razowymi (200ml), filet z kurczaka w płatkach kukurydzianych (70g), ziemniaki (130g), surówka colesław (50g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** jogurt naturalny z musem brzoskwiniowym z andrutem (100g/30g/10g)

ALERGENY: gluten, mleko, seler, jaja

ŚRODA

- ✓ **Śniadanie:** chleb pszenno - żytni (60g), masło 82% (6g), wegański „smalczyk” z białej fasoli (30g), ogórek kiszony (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** jabłko (100g)
- ✓ **Obiad:** zupa ziemniaczana, zabieleną (200 ml), ryż z jabłkami i sosem waniliowym (150g/80g/40g), kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** weka (30g), masło 82% (4g), kiełbasa krakowska (30g), papryka w słupkach (10g), herbata owocowa (200 ml)

ALERGENY: gluten, mleko, seler

CZWARTEK

- ✓ **Śniadanie:** chleb pszenny (60g), masło 82% (6g), pasta jajeczna z jogurtem (30g), rzodkiewka (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** banan (100g)
- ✓ **Obiad:** rosół z makaronem (200 ml), kotlecik mielony (70g), kasza gryczana (130g), buraki na ciepło (50g), kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** galaretka owocowa z kleksem waniliowym (150g/20g), biszkopt (12g)

ALERGENY: gluten, mleko, seler, jaja

PIĄTEK

- ✓ **Śniadanie:** chleb graham (60g), masło 82% (6g), twarożek z ogórkiem (30g), sałata (5g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** jabłko (100g)
- ✓ **Obiad:** zupa koperkowa z ryżem, zabieleną (200ml), ryba w panierce (70g), surówka z kiszanej kapusty (50g), ziemniaki (130g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** ciasto marchewkowe – wyrób własny (50g), kakao (200 ml)

ALERGENY: gluten, mleko, jaja, seler, ryby

*kompot z czerwonej i czarnej porzeczki oraz śliwek, 2,4g cukru/200 ml

*potrawy przygotowywane są w piecu konwekcyjnym

