

## Jadłospis 17-21.02.2025

### PONIEDZIAŁEK

- ✓ **Śniadanie:** płatki kukurydziane z mlekiem (200g), chleb pszenno - żytni (30g), masło 82% (4g), dżem malinowy niskosłodzony (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** jabłko (100g)
- ✓ **Obiad:** zupa ogórkowa z ryżem, zabieleną (200 ml), spaghetti bolognese (130g/100g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** chałka z masłem (50g), powidła śliwkowe (10g), herbata owocowa (200 ml)

**ALERGENY: gluten, mleko, seler, jaja**

### WTOREK

- ✓ **Śniadanie:** chleb pszenny (60g), masło 82% (6g), ser żółty (30g), papryka (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** banan (100g)
- ✓ **Obiad:** rosół z makaronem (200 ml), bitka drobiowa w sosie własnym (70g/10g), ziemniaki (130g), surówka z marchwi (50g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** smoothie jagodowe – wyrób własny (150g), chrupki kukurydziane (24g)

**ALERGENY: gluten, mleko, seler, jaja**

### ŚRODA

- ✓ **Śniadanie:** chleb wieloziarnisty (60g), masło 82%(6g), pasta jajeczna z jogurtem (30g), pomidor (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** gruszka (100g)
- ✓ **Obiad:** barszcz czerwony, zabieleny (200ml), makaron mieszany (razowy i pszenny) z serem i polewą jogurtowo - truskawkową (130g/80g/40g), kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** bułka graham (30g), masło 82% (4g), schabik pieczony (30g), ogórek kiszony (10g), herbata owocowa (200 ml)

**ALERGENY: gluten, mleko, seler, jaja**

### CZWARTEK

- ✓ **Śniadanie:** chleb pszenny (60g), masło 82% (6g), kiełbasa krakowska (30g), papryka (10g); kawa zbożowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** mandarynka (100g)
- ✓ **Obiad:** zupa ziemniaczana z tymiankiem (200ml), gołąbki bez zawijania z sosem pomidorowym (200g/50g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** szarlotka- wypiek własny (50g), herbata owocowa (200 ml)

**ALERGENY: gluten, mleko, seler, jaja**

### PIĄTEK

- ✓ **Śniadanie:** chleb pszenno - żytni (60g), masło 82% (6g), twarożek z tartym ogórkiem (30g), rosłonka (5g); kakao (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** jabłko (100g)
- ✓ **Obiad:** krem z marchwi z grzankami razowymi (200ml/ 10g), ryba w panierce (70g), surówka z kiszonej kapusty (50g), ziemniaki (130g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** Jogurt naturalny z musem truskawkowym i orkiszem ekspandowanym – wyrób własny (120g/ 40g/ 5g)

**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

