

## Jadłospis 12-16.05.2025

### PONIEDZIAŁEK

- ✓ **Śniadanie:** płatki kukurydziane z mlekiem [mleko](200g), chleb pszenno - żytni [gluten](30g), masło 82% [mleko](4g), dżem wiśniowy (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** jabłko (100g)
- ✓ **Obiad:** zupa fasolowa z makaronem, zabelana [gluten, jaja, seler, mleko](200 ml), potrawka drobiowa z kaszą kuskus [gluten](120g/130g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** Koktajl truskawkowy z dodatkiem mięty – wyrób własny [mleko](200g), andruty [gluten](20g)

### WTOREK

- ✓ **Śniadanie:** chleb graham [gluten](60g), masło 82% [mleko](6g), twarożek z tartym ogórkiem [mleko] (30g), sałata masłowa (3g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** banan (100g)
- ✓ **Obiad:** krem z dyni z grzankami razowymi [seler, gluten] (200 ml/10g), burrito z ryżem (120g/130g), kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** chałka z masłem i powidłami [gluten, jaja, mleko](50g), kakao [mleko] (200 ml)

### ŚRODA

- ✓ **Śniadanie:** chleb słonecznikowy [gluten] (60g), masło 82% [mleko] (6g), kiełbasa krakowska (30g), ogórek kiszony (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** marchew w słupkach (80g)
- ✓ **Obiad:** zupa ogórkowa z ziemniakami, zabelana [seler, mleko] (200ml), pierogi ruskie - wyrób własny [gluten, jaja, mleko](180g/20g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** bułka grahamka [gluten](30g), masło 82% [mleko](4g), hummus z suszonymi pomidorami (30g), papryka (10g), herbata owocowa (200 ml)

### CZWARTEK

- ✓ **Śniadanie:** chleb pszenno - żytni [gluten] (60g), masło 82% [mleko] (6g), pasta jajeczna z jogurtem [jaja, mleko](30g), rzodkiewka (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** banan (100g)
- ✓ **Obiad:** zupa grysikowa [seler, gluten] (200 ml), pieczone udko z kurczaka (70g), ziemniaki (130g), surówka z marchwi i jabłka [mleko](50g), kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** ciasto szpinakowe z galaretką – wyrób własny [gluten, jaja](50g), kawa zbożowa [gluten, mleko](200 ml)

### PIĄTEK

- ✓ **Śniadanie:** chleb pszenny [gluten](60g), masło 82% [mleko](6g), ser żółty [mleko](30g), pomidor (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** jabłko (100g)
- ✓ **Obiad:** zupa z soczewicy z ziemniakami [seler](200 ml), makaron w sosie śmietanowo – brokułowym z dodatkiem łososia (dla chętnych) [ryby, gluten, jaja, mleko] (130g/120g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** jogurt naturalny z mango i biszkoptem [gluten, jaja, mleko](150g/50g/20g)

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

\*potrawy przygotowywane są w piecu konwekcyjnym

\*zupy zabelane są pół na pół mlekiem i śmietaną

