

Jadłospis 4-8.08.2025

PONIEDZIAŁEK

- ✓ **Śniadanie:** płatki kukurydziane z mlekiem [mleko] (200g), chleb pszenno-żytni [gluten](30g), masło 82% [mleko](4g), dżem wiśniowy niskosłodzony (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** jabłko (100g)
- ✓ **Obiad:** zupa kalafiorowa z makaronem, zabelana [seler, gluten, jaja, mleko](200 ml), kurczak w sosie słodko kwaśnym z ryżem naturalnym [gluten](120g/130g); kompot (200 ml),
- ✓ **Podwieczorek:** Smoothie brzoskwiniowe – wyrób własny [mleko](200g), paluch kukurydziany (12g)

WTOREK

- ✓ **Śniadanie:** chleb pszenny [gluten](60g), masło 82% [mleko](6g), kiełbasa krakowska (30g), ogórek kiszony (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** arbuz (100g)
- ✓ **Obiad:** bulion z lanymi kluskami [seler, gluten, jaja](200ml), filet z kurczaka w płatkach kukurydzianych [gluten, jaja](70g), ziemniaki (130g), surówka z marchwi z jogurtem [mleko](50g), 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), ser mozzarella [mleko] (30g), pomidor (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** banan (50g)
- ✓ **Obiad:** krem z marchwi z grzankami razowymi, z pestkami dyni [seler, gluten, mleko](200 ml/10g/10g), łazanki z kapustą bez mięsa [gluten, jaja](130g/130g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** bułka grahamka [gluten](30g), masło 82% [mleko](4g), szynka wieprzowa (20g), ogórek (10g), herbata owocowa (200 ml)

CZWARTEK

- ✓ **Śniadanie:** chleb graham [gluten](60g), masło 82% [mleko](6g), twarożek ze szczypiorkiem [mleko] (30g), papryka (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** arbuz (100g)
- ✓ **Obiad:** zupa ziemniaczana, zabelana [seler, mleko](200 ml), pulpety wieprzowe w sosie śmietanowo – koperkowym [gluten, jaja, mleko](70g/10g), kasza gryczana (130g), surówka z ogórków kiszonych (50g), kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** budyń z musem malinowym [mleko](200g/10g), biszkopty [gluten, jaja](12g)

PIATEK

- ✓ **Śniadanie:** chleb słonecznikowy [gluten](60g), masło 82% [mleko](6g), pasta jajeczna z jogurtem [jaja, mleko] (30g), rzodkiewka (10g); herbata owocowa(200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** morela (100g)
- ✓ **Obiad:** zupa pomidorowa z ryżem, zabelana [seler, mleko](200 ml), ryba w panierce [ryby, jaja, gluten] (70g), ziemniaki (130g), surówka colesław [mleko](50g), kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** ciasto bananowe – wypiek własny [gluten, jaja](60g), lemoniada -wyrób własny (200 ml)

*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

