

Jadłospis 1-5.09.2025

PONIEDZIAŁEK

- ✓ **Śniadanie:** chleb pszenny [gluten](60g), masło 82% [mleko](6g), ser żółty [mleko] (30g), ogórek kiszony (10g); herbata (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** jabłko (100g)
- ✓ **Obiad:** zupa brokułowa z makaronem, zabelana [seler, gluten, jaja, mleko](200 ml), kurczak w sosie słodko kwaśnym z ryżem naturalnym [gluten](120g/130g); kompot (200 ml),
- ✓ **Podwieczorek:** koktajl truskawkowy – wyrób własny [mleko](200g), biszkopty [gluten, jaja](12g)

WTOREK

- ✓ **Śniadanie:** chleb słonecznikowy [gluten](60g), masło 82% [mleko](6g), szynka z pasieki (30g), pomidor (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** arbuz (100g)
- ✓ **Obiad:** zupa grysikowa [seler, gluten] (200ml), filet drobiowy w płatkach kukurydźnianych [gluten, jaja] (70g), ziemniaki (130g), mizeria z jogurtem [mleko](50g), kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** pudding z musem malinowym [mleko]– wyrób własny (160g/40g)

ŚRODA

- ✓ **Śniadanie:** chleb graham [gluten](60g), masło 82% [mleko](6g), twarożek z tartym ogórkiem [mleko] (30g), papryka (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** banan (100g)
- ✓ **Obiad:** żurek z ziemniakami, zabelany [gluten, mleko, seler] (200 ml), pierogi leniwe z masłem i bułką tartą - wyrób własny [gluten, jaja, mleko](180g), kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** bułka kajzerka [gluten](30g), masło 82% [mleko](4g), hummus z suszonymi pomidorami (30g), roszponka (5g), herbata owocowa (200 ml)

CZWARTEK

- ✓ **Śniadanie:** chleb pszenno- żytni [gluten](60g), masło 82% [mleko](6g), jajko z dipem tzatziki [jaja, mleko] (30g/10g), rzodkiewka (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** arbuz (100g)
- ✓ **Obiad:** krem z soczewicy z grzankami razowymi [seler, gluten](200 ml/ 10g), sznycel wieprzowy [gluten, jaja] (70g), buraki na ciepło [gluten, mleko](50g), kasza pęczak [gluten] (130g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** kisiel wiśniowy – wyrób własny (200g), herbatniki [gluten, mleko] (12g)

PIATEK

- ✓ **Śniadanie:** płatki kukurydźiane z mlekiem [mleko] (200g), chleb pszenny [gluten](30g), masło 82% [mleko](4g), dżem wiśniowy niskosłodzony (10g); herbata owocowa (200 ml)
- ✓ **II Śniadanie:** śliwka (100g)
- ✓ **Obiad:** krupnik zabelany [gluten, seler, mleko](200ml), paluszki rybne [gluten, jaja, ryby](70g), ziemniaki (130g), surówka z młodej kapusty z marchewką (50g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** ciasto cielaczek – wyrób własny [mleko, gluten, jaja](50g), herbata owocowa (200 ml)

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

*potrawy przygotowywane są w piecu konwekcyjnym z wykluczeniem smażenia

*zupy zabelane są pół na pół mlekiem i śmietaną

