

JADŁOSPIS

CZERWIEC 2024r.

ŚNIADANIE

OBIAD

PODWIECZOREK

PONIEDZIAŁEK 03.06.2024R.

<p>CHAŁKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1</u>, woda, drożdże, sól, cukier) <u>Z MASŁEM(7)</u> I POWIDŁAMI ŚLIWKOWYMI, PŁATKI KUKURYDZIANE*(<u>gluten 1, mleko 7, soja 6</u>) <u>Z MLEKIEM(7)</u>, HERBATA OWOCOWA, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 7/11gr 10/20gr 200/350gr 150/250gr 40/75gr</p>	<p>KRUPNIK, (kasza jęczmienna, warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u>, pietruszka, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła,) <u>Z ZIEMNIAKAMI</u>, RACUCHY (<u>mąka pszenna 1, jajko 3, maślanka 7</u>, cukier, cukier waniliowy, proszek do pieczenia) <u>Z CUKREM PUDREM</u>, JOGURT TRUSKAWKOWY (<u>jogurt naturalny 7</u>, truskawka, cukier), KOMPOT JABŁKOWO - WIŚNIOWY (woda, jabłko, wiśnie mrożone bez pestek, cukier)</p>	<p>200/300gr 200/300gr 100/150gr 150/200gr</p>	<p>KANAPKA WIOSENNA: BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1</u>, woda, drożdże, sól, cukier) <u>Z MASŁEM(7)</u>, <u>SER ŻÓŁTY(7)*</u>, POMIDOR, SZCZYPIOREK, HERBATA Z CYTRYNĄ</p>	<p>35gr 3gr 10gr 20gr 150gr 30gr</p>
--	---	---	--	--	--

WTOREK 04.06.2024R.

<p>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1</u>, woda, drożdże, sól, cukier) <u>Z MASŁEM(7)</u>, <u>TWAROŻEK ŚMIETANKOWY(7)</u> Z RZODKIEWKĄ KAKAO*(<u>gluten 1, soja 6, mleko 7</u>)// HERBATA OWOCOWA, ARBUZ</p>	<p>35/70gr 3/5gr 20/35gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>ROSÓŁ (warzywa: por, marchew, pietruszka, cebula, <u>seler 9</u>, sól, pieprz mielony, lubczyk) z <u>makaronem (mąka pszenna 1, jajko 3)</u>, FILET Z KURCZAKA PANIEROWANY (<u>bułka tarta 1, mąka pszenna 1, jajko 3</u>), ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM, MIZERIA (ogórek zielony, <u>jogurt naturalny 7</u>, koperek świeży, sól, pieprz mielony, cukier), KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>200/300g 70/110gr 195/260gR 60/90gr 150/200gr</p>	<p>CIASTO TRUSKAWKOWE biszkopty (<u>mąka pszenna 1, jajka 3, mleko 7, soja 6</u>), cukier, żelatyna, <u>jogurt naturalny 7</u>, truskawka, galaretk truskawkowa i cytrynowa), JABŁKO, BANAN HERBATA OWOCOWA)</p>	<p>70gr 50gr 150gr</p>
---	--	---	--	---	--------------------------------

ŚRODA 05.06.2024R.

<p>CHLEB SŁONECZNIKOWY* (<u>mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8</u>, drożdże, sól, cukier) <u>Z MASŁEM(7)</u>, PARÓWKI Z SZYNKI Z KECZUPEM* <u>Z KETCHUPEM</u> PAPRYKA ŚWIEŻA,, KAWA (<u>jęczmień 1, żyto 1</u>) <u>Z MLEKIEM(7)</u>/ HERBATA OWOCOWA, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 3/5gr 40/70gr 20/30gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>ZUPA OGÓRKOWA Z KOPREM I ZIEMNIAKAMI (por, marchew, pietruszka, <u>seler 9</u>, ogórek kiszony, <u>jogurt naturalny 7</u>, czosnek, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk, koper świeży) ZAPIEKANKA MAKARONOWA (<u>mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista 1, jajko 3</u>) <u>Z MIĘSEM MIELONYM I ŻÓŁTYM SEREM(7)</u> (<u>mąka pszenna 1, śmietana 7</u>, sól, pieprz ziołowy i czarny, zioła, natka pietruszki, mięso mielone), KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>200/300g 280/380gr 150/200gr</p>	<p>BANAN W POLEWIE CZEKOLADOWEJ (banan, <u>kakao*(gluten 1, soja 6, mleko 7)</u>, <u>mleko 7</u>, cukier), WAFLE RYŻOWE, SOK POMARAŃCZOWY</p>	<p>70gr 7 gr 150gr</p>
--	--	---	---	---	--------------------------------

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
CZWARTEK 06.06.2024R.					
CHLEB WIELOZIARNISTY * (pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, nasiona słonecznika 8, gluten pszenny 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), POŁĘDWICA SOPOCKA*, PAPRYKA CZERWONA KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7)/ HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 20/30gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 50/100gr	ZUPA KALAFIOROWA (warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, <u>jogurt naturalny 7</u> , kalafior, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk) z <u>ZIEMNIAKAMI</u> , BITKI Z SZYNKI W SOSIE WŁASNYM (szynka wieprzowa woda, cebula, <u>mąka pszenna 1</u> , olej, majeranek, sól, pieprz mielony, pieprz ziółowy, papryka słodka,) KASZA JĘCZMIENNO-GRYCZANA BURACZKI (cebula, sól, pieprz mielony, cukier, cytryna), KOMPOT TRUSKAWKOW- PORZECZKOWY (woda, truskawka, porzeczka mrożona, cukier)		KASZA MANNA Z MUSEM TRUSKAWKOWYM (mleko 7, (pszenica 1, cukier, kasza manna, truskawki), CHRUPKI KUKURYZDZIANE, BANAN, JABŁKO, KIWI, HERBATA OWOCOWA	200gr 25gr 10gr 40gr 150gr
PIĄTEK 07.06.2024R.					
BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), MAKRELA W POMIDORACH*, KAWA(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, GRUSZKA	3/5gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA POMIDOROWA (warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, <u>jogurt naturalny 7</u> , sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła, koncentrat pomidorowy), Z <u>MAKARONEM (mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista 1, jajko 3,)</u> JAJKO SADZONE (3), ZIEMNIAKI, SAŁATA Z JOGURTEM NATURALNYM (7) KOMPOT ŚLIWKOWO- JABŁKOWY (woda, śliwka mrożona, jabłko, cukier)	200/300gr 50gr/50gr 195/260gr 60/80gr 150/200gr	KOKTAJL OWOCOWY(maślanka 7, kiwi, banan, truskawka, cukier), ROGAL PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) HERBATA OWOCOWA GRUSZKA	150gr 45gr 5gr 150gr 30gr

* Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać **śladowe ilości alergenów**: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

pieprz mielony, pieprz ziółowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muszkatołowa, rozmaryn, cukier waniliowy, sól

JADŁOSPIS

CZERWIEC 2024r.

ŚNIADANIE

OBIAD

PODWIECZOREK

PONIEDZIAŁEK 10.06.2024r.

<p>CHLEB RAZOWY* (<u>pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), SER ŻÓŁTY (7), OGÓREK KISZONY, POMIDOR KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 7/11gr 15/30gr 40/80gr 150/250gr 40/75gr</p>	<p>ŻUREK (seler 9, zboża zawierające gluten1, Pszenica1, Mleko 7, Żyto 1, Soja 6) * warzywa: por, marchew, seler 9, pietruszka, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła, majeranek, ziemniaki, jajko3,) Z JAJKIEM I ZIEMNIAKAMI MAKARON Z BIAŁYM SEREM(7), (mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3 cukier, cukier waniliowy,) ARBUZ KOMPOT TRUSKAWKOW- PORZECZKOWY (woda, truskawka, porzeczka mrożona, cukier)</p>	<p>220/350gr 200/350gr 40/75gr 200/250gr</p>	<p>KISIEL TRUSKAWKOWY (mąka ziemniaczana, woda, cukier, truskawka owoce mieszane), CHRUPKI KUKURYDZIANE, KIWI, JABŁKO, BANAN HERBATA OWOCOWA</p>	<p>200gr 10gr 40gr 150gr</p>
---	---	--	---	--	--

WTOREK 11.06.2024r.

<p>BUŁKA MAŚLANA* (<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7) J DŻEM TRUSKAWKOWY, ZUPA MLECZNA(7) Z MAKARONEM(mąka pszenna 1, jajko 3), HERBATA OWOCOWA, TRUSKAWKA</p>	<p>35/70gr 7/11gr 10/20gr 200/350gr 150/250gr 40/75gr</p>	<p>ZUPA POMIDOROWA (warzywa: por, marchew, seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła, koncentrat pomidorowy), Z MAKARONEM (mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3,) NUGGETSY Z KURCZAKA W PŁATKACH KUKURYDZIANYCH (płatki kukurydziane * (gluten 1, mleko 7, soja 6) mąka pszenna 1, jajko 3, olej, sól, pieprz mielony) TALARKI ZIEMNIACZANE ZAPIEKANE SURÓWKA Z MŁODEJ KAPUSTY Z MARCHEWKĄ, KOPERKIEM I SOSEM WINEGRET (kapusta biała koper świeży, cebula, marchewka, cytryna, olej, sól, pieprz mielony) KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>220/350gr 80/130gr 120/240gr 80/110gr 200/250gr</p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA* (<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), PARÓWKI Z SZYNKI Z KECZUPEM*, HERBATA ŻURAWINOWA JABŁKO</p>	<p>35gr 4gr 40gr 150gr 40gr</p>
--	--	--	--	--	--

ŚRODA 12.06.2024r.

<p>CHLEB GRAHAM* (<u>pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, gluten pszenny 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), PASZTET WŁASNY WYRÓB (wieprzowina karkówka, wołowina, udko z kurczaka, boczec surowy, marchew, pietruszka, cebula, lubczyk, czosnek liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz czarny, papryka słodka, bułka*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier)) RZODKIEWKA OGÓREK KISZONY RUKOŁA KAWA(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 7/11gr 30/45gr 15/30gr 20/40gr 3/5gr 150/250gr 40/75gr</p>	<p>ZUPA- KREM KALAFIOROWA (por, marchew, seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7, kalafior, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk) Z GRZANKAMI*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) LECZO Z PIERSIĄ Z KURCZAKA (filet z kurczaka, papryka czerwona, papryka żółta, cukinia, dynia, pomidory, cebula, olej, sól, pieprz czarny i ziółowy, papryka słodka, czosnek) I BRĄZOWYM RYŻEM KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>220/350gr 160/320gr 35/70gr 200/250gr</p>	<p>PIZZA Z SEREM ŻÓŁTYM , SZYNKĄ I ZIOLAMI*(mąka pszenna1, drożdże, olej, sól, cukier, woda, ser żółty3, szynka drobiowa), JABŁKO, HERBATA Z CYTRYNĄ</p>	<p>120gr 40gr 150gr</p>
--	---	--	--	---	---

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
CZWARTEK 13.06.2024r.					
CHLEB PSZENNY* (<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) <u>Z MASŁEM(7)</u> , TWAROŻEK ŚMIETANKOWY(7) Z OGÓREK ZIELONY KAKAO* (<u>gluten 1, soja 6, mleko7</u>) HERBATA OWOCOWA, BANAN, GRUSZKA	35/70gr 3/5gr 20/35gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA SZPINAKOWA (warzywa: por, marchew, <u>seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7</u> , szpinak, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk, czosnek) <u>Z ZIEMNIAKAMI I JAJKIEM3</u> GULASZ WIEPRZOWA W SOSIE WŁASNYM (topatka, cebula, <u>jogurt naturalny7, mąka pszenna1, olej</u> , majeranek, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka,) KASZA JĘCZMIENNA SURÓWKA Z MIX SAŁAT I POMIDORÓW, OGÓRKA ZIELONEGO, SERA FETA ZE SŁONECZNIKIEM I SOSEM WINEGRET (woda, olej, cytryna, sól, pieprz mielony, cukier), KOMPOT JABŁKOWO - WIŚNIOWY (woda, jabłko, wiśnie mrożone bez pestek, cukier)	220/350gr 70+50gr sos/ 90+90gr sos 35/70gr 80/110gr 200/250gr	WAFLE PRZEKŁADANE* (<u>mąka pszenna 1, jaja 3</u>), MARMOLADA/ KREMEM CZEKOLADOWO-ORZECHOWYM* (<u>orzechy8, soja 6, mleko7, gluten1</u>) JABŁKO, GRUSZKA, ARBUZ HERBATA OWOCOWA	80gr 10 gr 40gr 150gr
PIĄTEK 14.06.2024r.					
CHLEB RAZOWY* (<u>pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) <u>Z MASŁEM(7)</u> , PASTA Z JAJEK* (<u>jajko3, majonez*(jaja 3, gorczyca10)</u>), <u>sól, pieprz mielony</u>) ZE SZCZYPIORKIEM POMIDOR KAWA(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 7/11gr 30/60gr 5/10gr 40/80gr 150/250gr 40/80gr	ZUPA WIELOWARZYWNA Z BRUKSELKĄ (warzywa: por, marchew, <u>seler 9, pietruszka, fasolka szparagowa, cebula, ziemniaki, jogurt naturalny 7, sól</u> , pieprz mielony, zioła, lubczyk), RYBA SMAŻONA / PALUSZKI RYBNE (<u>miruna4</u> , pieprz mielony, sól, olej, pieprz ziołowy oregano, zioła prowansalskie, , <u>mąka pszenna 1, jajka 3, bułka tarta 1</u>), ZIEMNIAKI PIECZONE SURÓWKA KAPUSTY KISZONEJ MARCHWI, JABŁKA I CEBULI (olej, sól, pieprz mielony, cukier), KOMPOT TRUSKAWKOW- PORZECZKOWY (woda, truskawka, porzeczka mrożona, cukier)	220/350gr 80/130gr 120/240gr 80/110gr 200/250gr	BUDYŃ CZEKOLADOWY Z TRUSKAWKAMI (<u>mleko7, masło 7, cukier, cukier waniliowy, jajka3, mąka ziemniaczana, czekolada gorzka kakao (gluten 1, soja 6, mleko7)</u>) CHAŁKA PSZENNA* (<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) <u>Z MASŁEM(7)</u> GRUSZKA HERBATA OWOCOWA)	200gr 35gr 4gr 40gr 150gr

* Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać **śladowe ilości alergenów**: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorzycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

pieprz mielony, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, cukier waniliowy, sól