

JADŁOSPIS

CZERWIEC 2024r.

ŚNIADANIE

OBIAD

PODWIECZOREK

PONIEDZIAŁEK 17.06.2024R.

<p>CHLEB SŁONECZNIKOWY* (<u>mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8</u>, drożdże, sól, cukier) <u>Z MASŁEM(7)</u>, SER TOPIONY (7) PAPRYKA ŚWIEŻA KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7)/ HERBATA OWOCOWA, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 3/5gr 15/30gr 20/30gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>ZUPA JARZYNOWA Z BRUKSELKĄ * (warzywa: por, marchew, pietruszka, <u>seler 9</u>, ziemniaki, brukselka, , sól, pieprz mielony, zioła, majeranek, <u>jogurt naturalny 7</u>) <u>Z ZIEMNIAKAMI</u> MAKARON (mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3.) Z WARZYWAMI (marchew, papryka czerwona, kukurydza, fasola czerwona, fasola szparagowa, pietruszka, cebula, <u>seler 9</u>) I MIĘSEM DROBNIOWYM, KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>200/300gr 200/300gr 150/200gr</p>	<p>KOKTAJL OWOCOWY(jogurt naturalny7, kiwi, banan, truskawka, cukier), ROGAŁ PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) HERBATA OWOCOWA GRUSZKA</p>	<p>150gr 45gr 5gr 150gr 30gr</p>
--	---	---	--	--	---

WTOREK 18.06.2024R.

<p>CHLEB PSZENNY*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) TWAROŻEK ŚMIETANKOWY(7) Z OGÓRKIEM I SZCZYPIORKIEM KAKAO*(gluten 1, soja 6, mleko7)// HERBATA OWOCOWA, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 7/11gr 30/60gr 20/40gr 150/250gr 40/75gr</p>	<p>ZUPA RYŻOWA* warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u>, pietruszka, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła, ryż) KOTLET MIELONY(łopatka, olej, sól, koncentrat pomidorowy, pieprz mielony, pieprz ziołowy, lubczyk, papryka słodka, majeranek, cebula, <u>mąka pszenna 1, jajka 3, bułka tarta 1</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>200/300gr 80 /120gr 195/260gr 60/90gr 150/200gr</p>	<p>BANAN W POLEWIE CZEKOLADOWEJ (banan, <u>kakao*(gluten 1, soja 6, mleko7), mleko7</u>, cukier), CHRUPKI KUKURYDZIANE, SOK JABŁKOWY</p>	<p>70gr 10gr 150gr</p>
---	--	---	---	---	--

ŚRODA 19.06.2024R.

<p>CHLEB WIELOZIARNISTY * (<u>pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, nasiona słonecznika 8, gluten pszenny 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) <u>Z MASŁEM(7)</u>, POŁĘDWICA SOPOCKA* POMIDOR KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7)/ HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 7/11gr 15/30gr 40/80gr 150/250gr 40/75gr</p>	<p>ZUPA BOTWINKOWA Z ZIEMNIAKAMI I KOPREM(warzywa: por, marchew, pietruszka, <u>seler 9</u>, botwinka, <u>jogurt naturalny 7</u>, czosnek, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk, koper świeży) KOLOROWY KOCIOŁEK (filet z kurczaka, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka, kolendra, czosnek, cebula czerwona i biała, fasola szparagowa, cukinia, świeża czerwona papryka, pieczarki marchew, koncentrat pomidorowy) ZIEMNIAKI SAŁATA LODOWA Z POMIDORAMI I SOSEM WINEGRET (woda, olej, cytryna, sól, pieprz mielony, cukier), KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>220/350gr 160/320gr 195/260gr 60/90gr 200/250gr</p>	<p>PIZZA Z SEREM ŻÓŁTYM , SZYNKĄ I ZIOŁAMI*(mąka pszenna1, drożdże, olej, sól, cukier, woda, ser żółty3, szynka drobiowa), JABŁKO HERBATA OWOCOWA</p>	<p>120gr 40gr 150gr</p>
--	---	---	---	--	--------------------------------------

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
CZWARTEK 20.06.2024R.					
CHAŁKA PSZENNA* (<u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) J DŻEM BRZOSKWINIOWY, PŁATKI KUKURYDZIANE- CZEKOLADOWE* (<u>gluten 1</u> , <u>mleko 7</u> , <u>soja 6</u> , <u>orzechy 8</u>) Z MLEKIEM(7) , HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 7/11gr 10/20gr 200/350gr 150/250gr 40/75gr	ZUPA POMIDOROWA (warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła, koncentrat pomidorowy) Z KASZĄ JAGLANĄ NUGGETSY Z KURCZAKA W PŁATKACH KUKURYDZIANYCH (<u>płatki kukurydziane *</u> (<u>gluten 1</u> , <u>mleko 7</u> , <u>soja 6</u>) <u>mąka pszenna 1</u> , <u>jajko 3</u> , olej, sól, pieprz mielony) FRYTKI ZIEMNIACZANE SURÓWKA Z KAPUSTY MŁODEJ BIAŁEJ z koperkiem świeżym, marchewką I Z MAJONEZEM*(jaja 3, gorczyca10) , KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)	220/350gr 80/130gr 120/240gr 200/250gr	BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA* (<u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) , PARÓWKI Z SZYNKI Z KE CZUPEM* , HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO	35gr 3gr 40gr 150g 30gr
PIĄTEK 21.06.2024R.					
BUŁKA GRAHAMKA (<u>Mąka pszenna graham</u> , <u>mąka pszenna</u> , <u>mąka żytnia1</u> , drożdże, woda, cukier, olej, sól)/ BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA* (<u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) , MAKRELA W POMIDORACH* , KAWA(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	90gr 35gr 3/5gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA Z PIECZARKOWA* (warzywa: por, marchew, pietruszka, <u>seler 9</u> , pieczarki, , sól, pieprz mielony, zioła, majeranek, <u>mąka pszenna 1</u> , <u>jogurt naturalny 7</u>) Z ZIEMNIAKAMI PRAŻUCHY (ziemniak, <u>mąka pszenna 1</u> , mąka ziemniaczana) Z CEBULKĄ SMAŻONĄ (cebula, olej) I MAŚLANKA (7) KOMPOT WIELOOWOCOWY	220/350gr 195/260gr 60/90gr 200/250gr	BUDYŃ CZEKOLADOWY (<u>mleko 7</u> , <u>masło 7</u> , cukier, cukier waniliowy, mąka ziemniaczana, <u>kakao</u> (<u>gluten 1</u> , <u>soja 6</u> , <u>mleko7</u>) CHRUPKI KUKURYDZIANE, GRUSZKA, MANDARYNKA HERBATA OWOCOWA	

* 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 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.

		OBIAD		PODWIECZOREK	
PONIEDZIAŁEK 24.06.2024r.					
<p>CHLEB SŁONECZNIKOWY* (<u>mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7),</p> <p>PASZTET DROBIOWY*(woda, mięso z kurczaka, wątroba z kurczaka, <u>kasza manna 1, sól, białko sojowe 6,</u> warzywa suszone: cebula, marchew, pietruszka, <u>serwatka z mleka 7,</u></p> <p>OGÓREK KISZONY, KAWA(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7)</p> <p>HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO, GRUSZKA</p>	<p>35/70gr 7/11gr</p> <p>30/60gr 40/80gr</p> <p>150/250gr 40/75gr</p>	<p>KRUPNIK, (kasza jęczmienna, warzywa: por, marchew, <u>seler 9,</u> pietruszka, sól, pieprz mielony, lubczyk, ziola,) Z ZIEMNIAKAMI</p> <p>SPAGHETTI (mąka pszenna 1, jajko 3, Z POMIDORAMI I MIĘSEM (koncentrat pomidorowy, olej, cebula, sól, pieprz mielony, papryka słodka, oregano, majeranek, bazylia, łąpatka, pomidory w puszcze),</p> <p>KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>220/350gr</p> <p>200/380gr</p> <p>200/250gr</p>	<p>KISIEL OWOCOWY(mąka ziemniaczana, woda, cukier, truskawka owoce mieszane)</p> <p>CHRUPKI KUKURYDZIANE, TRUSKAWKA</p> <p>HERBATA OWOCOWA</p>	<p>200gr</p> <p>10gr 40gr 150gr</p>
WTOREK 25.06.2024r.					
<p>CHAŁKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7)</p> <p>POWIDŁAMI ŚLIWKOWYMI,</p> <p>KASZA MANNA Z MLEKIEM (pszenica 1, mleko7)</p> <p>HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, BANAN, KIWI</p>	<p>35/70gr 7/11gr</p> <p>10/20gr 200/350gr</p> <p>150/250gr 40/75gr</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, ziola, lubczyk, koper świeży)</p> <p>KLUSKI DROŻDŻOWE (mąka pszenna 1, jajko 3, mleko 7, cukier, cukier waniliowy, drożdże)</p> <p>Z SOSEM JOGURTOWO-TRUSKAWKOWYM (jogurt naturalny 7, truskawki, cukier)</p> <p>KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>220/350gr</p> <p>90/180gr</p> <p>60/120gr</p> <p>200/250gr</p>	<p>ŚNIEŻNY PUCH (ser biały1, herbatniki (mąka pszenna1, jajko3, mleko 7, soja 6), cukier, żelatyna, <u>śmietana 30%7, masło7,</u> wiórki kokosowe)</p> <p>JABŁKO, BANAN</p> <p>HERBATA OWOCOWA</p>	<p>50gr</p> <p>40gr</p> <p>150gr</p>
ŚRODA 26.06.2024r.					
<p>BUŁKA GRAHAMKA (Mąka pszenna graham, mąka pszenna, mąka żytnia1, drożdże, woda, cukier, olej, sól)/BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7),</p> <p>PARÓWKI Z SZYNKI Z KE CZUPEM*</p> <p>OGÓREK ZIELONY, POMIDOR</p> <p>KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7)</p> <p>HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO, GRUSZKA, MANDARYNKA</p>	<p>35/70gr</p> <p>7/11gr</p> <p>40/70gr</p> <p>20/40gr</p> <p>20/40gr</p> <p>150/250gr</p> <p>40/75gr</p>	<p>LANE KLUSKI (mąka pszenna 1, jajko 3) NA ROSOLE (warzywa: por, marchew, pietruszka, cebula, <u>seler 9,</u> sól, pieprz mielony, lubczyk)</p> <p>FILET Z KURCZAKA PANIEROWANY (bułka tarta 1, mąka pszenna 1, jajko 3),</p> <p>ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM,</p> <p>SALATA Z JOGURTEM NATURALNYM (7)</p> <p>KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>200/300g</p> <p>70/110gr</p> <p>195/260gR</p> <p>60/90gr</p> <p>150/200gr</p>	<p>PLACUSZKI Z JABŁKIEM I CUKREM</p> <p>PUDREM(maślanka7, proszek do pieczenia, cukier waniliowy, <u>jajko3, mąka pszenna 1)</u></p> <p>GRUSZKA JABŁKO, KIWI</p> <p>HERBATA ŻURAWINOWA</p>	<p>120gr</p> <p>40gr</p> <p>150gr</p>

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
CZWARTEK 27.06.2024r.					
BUŁKA MAŚLANA* (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), DŻEM TRUSKAWKOWY	35/70gr 7/11gr 10/20gr	BARSZCZ UKRAIŃSKI (warzywa: por , marchew, pietruszka, seler 9, fasola Jaś 1, kapusta biała, buraczki czerwone, jogurt naturalny 7, czosnek, sól , pieprz mielony, zioła, lubczyk) Z ZIEMNIAKAMI,, SCHAB_W SOSIE WŁASNYM (schab, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, lubczyk, papryka słodka, majeranek, cebula, mąka pszenna1), KASZA JĘCZMIENNO-GRYCZANA GROSZEK Z MARCHEWKĄ (groszek zielony, marchewka, sól, pieprz mielony, masto7), KOMPOT TRUSKAWKOW- PORZECZKOWY (woda, truskawka, porzeczka mrożona, cukier)	220/350gr 100+50gr sos/ 130+90gr sos 35/70gr 80/110gr 200/250gr	WAFLE PRZEKŁADANE* (mąka pszenna 1, jaja 3), MARMOLADA/ KREMEM CZEKOLADOWO-ORZECHOWYM* (orzechy8, soja 6, mleko7, gluten1) JABŁKO, GRUSZKA, ARBUZ HERBATA OWOCOWA	80gr 10 gr 40gr 150gr
PIĄTEK 28.06.2024r.					
CHLEB RAZOWY* (pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), PASTA Z JAJEK* (jajko3, majonez*(jaja 3, gorczyca10),, sól, pieprz mielony) 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 POMIDOROWA (warzywa: por , marchew, seler 9, pietruszka, sól , pieprz mielony , lubczyk, zioła, koncentrat pomidorowy] Z KASZĄ JAGLANĄ RYBA SMAŻONA / PALUSZKI RYBNE (miruna4, pieprz mielony, sól, olej, pieprz ziołowy oregano, zioła prowansalskie, , mąka pszenna 1, jajka 3, bułka tarta 1), ZIEMNIAKI, SAŁATA LODOWA Z POMIDORAMI I SOSEM WINEGRET (woda, olej, cytryna, sól, pieprz mielony, cukier), KOMPOT JABŁKOWO - PORZECZKA (woda, jabłko, porzeczka mrożone bez pestek, cukier)	220/350gr 80/130gr 120/240gr 80/110gr 200/250gr	KASZA MANNA Z MUSEM TRUSKAWKOWYM (mleko 7, (pszenica 1, cukier, kasza manna, truskawki), CHRUPKI KUKURYDZIANE, ANANAS ŚWIEŻY, HERBATA OWOCOWA	200gr 25gr 10gr 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 gorczycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

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