

AKTUALNY JADŁOSPIS



Jadłospis 02.06.-16.06.2021r.

Dn.02.06.2021 r. (środa)

Śniadanie: Chleb wieloziarnisty (**mąka pszenna, mąka żytnia, płatki owsiane, sezam**)^(1,6) z **masłem**⁽⁷⁾, sałatą zieloną, szynką wieprzową gotowaną, ogórkiem zielonym i szczypiorkiem, chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ serem żółtym⁽⁷⁾ i pomidorem. Kawa zbożowa z **mlekiem**⁽⁷⁾.
Jabłko.

Obiad: Barszcz biały z ziemniakami (**mąka żytnia, mleko 2%, seler**)^(1,7,9).

Ryż na półsympko, klopsy wieprzowe w sosie koperkowym (**jajka, mleko**)^(3,7), brokuły. Kompot z mieszanych owoców (7- składników). Gruszka.

Podwieczorek: Krem „czekoladowy”- WYRÓB WŁASNY (awokado, kakao, miód, mielone orzechy, prażone płatki migdałowe) z pieczywem chrupkim. Kiwi. Herbatka miętowa.

Dn.04.06.2021 r. (piątek)

Śniadanie: Zacierki(**mąka pszenna, jajka**)^(1,3) na **mleku**⁽⁷⁾. Chleb pszenno-żytni(**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, sałatą zieloną, szynką drobiową, pomidorem i rzodkiewką/ chleb żytni pełnoziarnisty (**mąka pszenna, mąka żytnia, śruta sojowa, pełnoziarnista mąka żytnia, słód jęczmienny**)^(1,6) z pastą z brązowej soczewicy (soczewica brązowa, nasiona słonecznika i pestki dyni, ogórek kiszony, pestki dyni). Kiwi.

Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami (**mleko 2%, seler**)^(7,9).

Makaron(**mąka pszenna, jajka**)^(1,3) z białym **serem**⁽⁷⁾, mus z truskawek. Kompot.

Podwieczorek: Chleb pszenno-żytni(**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z pastą z szynki mielonej i pomidora z majonezem. Herbata z cytryna. Jabłko.

Dn.07.06.2021 r. (poniedziałek)

Śniadanie: Kaszka kukurydziana⁽¹⁾ na **mleku**⁽⁷⁾. Kajzerka (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, sałatą zieloną, **jajkiem**⁽³⁾, ogórkiem zielonym, rzodkiewką i szczypiorkiem (kanapki „Motylki”). Herbata z cytryną. Banan.

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami (**mleko 2%, seler**)^(7,9).

Kasza perłowa na półsympko, ryba po grecku (**dorsz**)⁽³⁾, marchew, pietruszka, **seler**⁽⁹⁾, olej, pieprz, sok z cytryny, surówka (sałata zielona, papryka czerwona, pomidor, oliwa z oliwek, sok z cytryny, szczypiorek). Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, szynką wieprzową gotowaną i pomidorem. Herbata rumiankowa. Kiwi.

Dn.08.06.2021 r. (wtorek)

Śniadanie: Płatki **owsiane**⁽¹⁾ na **mleku**⁽⁷⁾. Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, sałatą zieloną, jajkiem, pomidorem i rzodkiewką/chleb żytni pełnoziarnisty (**mąka pszenna, mąka żytnia, śruta sojowa, pełnoziarnista mąka żytnia, słód jęczmienny**)^(1,6) z pastą twarogową (**ser twarogowy półtłusty**)⁽⁷⁾ z **jogurtem naturalnym**⁽⁷⁾, miodem i prażonym słonecznikiem⁽⁷⁾ Jabłko.

Obiad: Zupa jarzynowa zabieleną (**mleko 2%, seler**)^(7,9).

Ziemn. puree (**mleko 2%**)⁽⁷⁾, pałka z kurczaka w sezamie (**sezam**)⁽¹¹⁾, surówka z kapusty pekińskiej.

Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Koktajl z banana i truskawek (**jogurt naturalny**)⁽⁷⁾. Chrupki kukurydziane. Herbatka miętowa.

Gruszka.

Dn.09.06.2021 r. (**środa**)

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku (**mleko 2%**)⁽⁷⁾. Chleb wieloziarnisty (**mąka pszenna, mąka żytnia, płatki owsiane, sezam**)^(1,6) z **masłem**⁽⁷⁾, sałatka z ryżu, szynki i warzyw (ryż biały i brązowy, papryka czerwona, szynka drobiowa, ogórek kwaszony, **śmietana**⁽⁷⁾, por, kukurydza konserwowa, pieprz).
Herbata z cytryną. Jabłko.

Obiad: Żurek na maślanie z ziemniakami (**mąka żytnia razowa, maślanka naturalna, seler**)^(1,7,9).

Łazanki (**mąka pszenna, jajka**)^(1,3) z młodą kapustą i szynką. Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Chleb mieszany (**mąka pszenna, żytnia**)⁽⁷⁾ z pastą z dorsza (**dorsz, soczewica słonecznik, cytryna, olej i ogórek kiszony**)⁽⁴⁾. Herbata z cytryną. Gruszka.

Dn.10.06.2021 r. (**czwartek**)

Śniadanie: Makaron zacierkowy na **mleku**⁽⁷⁾. Chleb razowy na zakwasie (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z pastą **twarogową**⁽⁷⁾ ze szczypiorkiem, chleb z dynią (**mąka pszenna i mąka żytnia, płatki owsiane, sezam**)^(1,11), z **masłem**⁽⁷⁾ sałatą zieloną, szynką wiejską i pomidorem. Mandarynka. Herbata z „dzikiej róży”.

Obiad: Zupa jarzynowa z pomidorami i kluseczkami drobiowymi (**jajka, seler**)^(3,9).

Pierogi (**mąka pszenna, jajka**)^(1,3) z **serem**⁽⁷⁾ i musiem truskawkowym. Kompot.

Podwieczorek: Bułka hot dog z parówką i ketchupem (**mąka pszenna**)⁽¹⁾. Sałatka z pomidorów i **jogurtem**⁽⁷⁾ i bazylią. Kiwi. Herbatka miętowa.

Dn.11.06.2021 r. (**piątek**)

Śniadanie: Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾, chleb żytni pełnoziarnisty (**mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ serem żółtym i pomidorem/z pastą twarogową (**ser twarogowy półtłusty**)⁽⁷⁾ z **jogurtem naturalnym**⁽⁷⁾, miodem i prażonym słonecznikiem⁽⁷⁾. Kawa z **mlekiem 2%**⁽⁷⁾. Jabłko.

Obiad: Zupa kalafiorowa z mianą i kuleczkami drobiowymi (**pszenica, jajka, seler**)^(1,3,9).

Ziemniaki puree (**mleko 2%**)⁽⁷⁾, paluszki rybne (**dorsz/halibut jajka, bułka tarta, płatki owsiane**)^(1,3,4), sałata zielona z **jogurtem**⁽⁷⁾. Kompot.

Podwieczorek: Mus z truskawek. Ciastka maślane (**mąka krupczatka, masło, żółtka, cukier puder**)^(1,3,7). Herbatka miętowa.

Dn.14.06.2021 r. (**poniedziałek**)

Śniadanie: Płatki jaglane na mleku (**mleko**)⁽⁷⁾. Chleb wieloziarnisty (**mąka pszenna, mąka żytnia, płatki owsiane, sezam**)^(1,6) z szynką drobiową i ogórkiem zielonym. Rogal (**mąka pszenna**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ i dżemem 100 % owoców. Herbata z cytryną. Jabłko.

Obiad: Kapuśniak z kiszanej kapusty (**seler**)⁽⁹⁾.

Ziemn. puree (**mleko**)⁽⁷⁾, gulasz wieprzowy w sosie własnym, sałatka z kiszonych ogórków. Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Placki drożdżowe na maślanie. Truskawki. Herbatka miętowa.

Dn.15.06.2021 r. (**wtorek**)

Śniadanie: Jajecznica na mleku (**jajka, mleko**)^(3,7) z pomidorem i szczypiorkiem. Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾, chleb pełnoziarnisty (**mąka pszenna i mąka żytnia, płatki owsiane**)⁽¹⁾ z szynką wiejską i pomidorem. Kakao naturalne na **mleku**⁽⁷⁾. Banan.

Obiad: Zupa neapolitańska z makaronem (**mleko 2%, seler, mąka pszenna, jajka**)^(1,3,7,9).

Ziemniaki, kotlet mielony, mizeria z ogórków (**bułka tarta, jogurt, jajka**)^(1,3,7). Kompot.

Podwieczorek: Kanapka przygotowana przez dzieci (**chalka, serek waniliowy, kiwi, jabłko, gruszka, banan**)^(1,7).
Herbatka owocowa.

Dn.16.06.2021 r. (**środa**)

Śniadanie: Kawa z mlekiem (**mleko 2%**)⁽⁷⁾. Chleb z pasztetem „własnego wyrobu”⁽⁹⁾ (wątróbka wieprzowa, łopata wieprzowa, udko z kurczaka, **seler, marchew, cebula, sól, pieprz, gałka muszkatołowa, imbir, czosnek**) i ogórkiem kiszonym. Chleb żytni (**mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ z pastą twarogową (**ser twarogowy półtłusty**)⁽⁷⁾ z **jogurtem naturalnym**⁽⁷⁾ i rzodkiewką. Banan.

Herbata z cytryną. Jabłko.

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem (**mleko, seler**)^(1,9).

Ziemn. Puree (**mleko**)⁽⁷⁾, filet z **dorsza** z pieca (**mąka pszenna**)⁽¹⁾, marchewka z groszkiem (**mleko**)⁽⁷⁾.
Kompot.

Podwieczorek: Bułka **kajzerka** (**mąka pszenna**) z **masłem**^(1,7). Koktajl z truskawek (**jogurt naturalny**)⁽⁷⁾. Kiwi.

Oznaczenie alergenów: 1- zboża zawierające gluten, 3- jajka i produkty pochodne, 4- ryby i produkty pochodne, 6- soja i produkty pochodne, 7- mleko i produkty mleczne, 9- seler zwyczajny, 10- gorczyca, 11- nasiona sezamu.