

Jadłospis 17-30 czerwca

Środa 17.06

Śniadanie: Płatki jęczmienne ⁽¹⁾ na mleku ⁽⁷⁾. Chleb jurajski z nasionami (mąka pszenna, soja) ^(1,6) z serkiem wiejskim ⁽⁷⁾ ze szczypiorkiem i rzodkiewką. Kajzerka (mąka pszenna) ⁽¹⁾ z masłem ⁽⁷⁾, szynką wieprzową i ogórkiem zielonym. Truskawki. Herbata.

Obiad: Zupa koperkowa z lanym ciastem (mąka pszenna, jajko, seler) ^(1,3,9). Kluski śląskie (jajko) ⁽³⁾, gulasz wieprzowy w sosie własnym (mąka pszenna) ⁽¹⁾, kapusta czerwona gotowana. Kompot owocowy bez dodatku cukru

Podwieczorek: Ciasto biszkoptowe z galaretką (mąka pszenna, jajko, mleko) ^(1,3,7). Herbata z cytryną.

Czwartek 18.06

Śniadanie: Musli ^(1,8) na mleku ⁽⁷⁾. Chleb razowy (mąka pszenna, mąka żytnia) ⁽¹⁾ z pastą jajeczną ⁽³⁾ ze szczypiorkiem i rzodkiewką. Bułka wyborowa (mąka pszenna) ⁽¹⁾ z masłem ⁽⁷⁾, sałatą, szynką drobiową i papryką. Banan. Herbata z dzikiej róży.

Obiad: Zupa kapuśniak z ziemniakami (seler) ⁽⁹⁾. Naleśniki (mąka pszenna, jajko) ^(1,3) z serem twarogowym ⁽⁷⁾ i musiem truskawkowym. Woda z cytryną bez dodatku cukru.

Podwieczorek: Bagietka (mąka pszenna) ⁽¹⁾ zapiekana z pieczarkami, serem mozzarella ⁽⁷⁾ i ketchupem. Jabłko. Herbata.

Piątek 19.06

Śniadanie: Kakao na mleku ⁽⁷⁾. Chleb jurajski (mąka pszenna, mąka żytnia) ⁽¹⁾ z masłem ⁽⁷⁾, sałatą, serem żółtym ⁽⁷⁾ i pomidorem. Kajzerka (mąka pszenna) ⁽¹⁾ z pastą z białej fasoli z ogórkiem kiszonym. Jabłko. Herbata.

Obiad: Zupa neapolitańska z makaronem (mąka pszenna, jajko, śmietana, seler) ^(1,3,7,9). Kotlet rybny z dorsza ⁽⁴⁾ w panierce (bułka tarta, jajko) ^(1,3). Puree ziemniaczane (mleko 2% tł) ⁽⁷⁾. Bukiet warzyw z masłem ⁽⁷⁾. Kompot owocowy bez dodatku cukru.

Podwieczorek: Bułeczki drożdżowe „ślimaczki” z jabłkiem (mąka pszenna, jajko, mleko) ^(1,3,7). Herbata z cytryną.

Poniedziałek 22.06

Śniadanie: Zacierka (mąka pszenna, jajko) ^(1,3) na mleku ⁽⁷⁾. Chleb razowy (mąka pszenna, mąka żytnia) ⁽¹⁾ z pastą z tuńczyka ⁽⁴⁾ z jajkiem ⁽³⁾ i kiszonym ogórkiem. Kajzerka (mąka pszenna) ⁽¹⁾ z masłem ⁽⁷⁾, sałatą, szynką drobiową i kalarepką. Herbata miętowa.

Obiad: Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (kasza jęczmienna, śmietana, seler) ^(1,7,9). Kopytka ziemniaczane ze szpinakiem (mąka pszenna, jajko) ^(1,3) podane z surówką z marchewki i pomarańczy. Kompot owocowy bez dodatku cukru.

Podwieczorek: Chałka (mąka pszenna, jajka, mleko) ^(1,3,7) z serkiem homogenizowanym ⁽⁷⁾, sałatka owocowa (banan, truskawka, jabłko). Herbata z cytryną.

Wtorek 23.06

Śniadanie: Płatki kukurydziane na mleku ⁽⁷⁾. Chleb staropolski (mąka pszenna) ⁽¹⁾ z masłem ⁽⁷⁾, mozzarellą ⁽⁷⁾ i pomidorem. Bułka poznańska (mąka pszenna) ⁽¹⁾ z masłem ⁽⁷⁾ i konfiturą truskawkową. Arbuz bezpestkowy. Herbata.

Obiad: Zupa ogórkowa z ryżem (śmietana, seler) ^(7,9). Nuggetsy z kurczaka w panierce (pszenica, jajko) ^(1,3). Pieczone ziemniaczki. Surówka z kapusty pekińskiej (majonez, jogurt naturalny) ^(3,7). Kompot owocowy bez dodatku cukru.

Podwieczorek: Bułka kajzerka (mąka pszenna) ⁽¹⁾ z pastą jajeczną ⁽³⁾ / szynką drobiową z pomidorem. Herbata z dzikiej róży.

Środa 24.06

Śniadanie: Grahamka (mąka pszenna, mąka żytnia)⁽¹⁾ z masłem⁽⁷⁾ i sałatą, kielbaski cielęce z ketchupem. **Bulka wyborowa** (mąka pszenna)⁽¹⁾ z masłem⁽⁷⁾, serem żółtym⁽⁷⁾ i papryką. Gruszka. Herbata miętowa.

Obiad: Botwinka z ziemniakami (śmietana, seler)^(7,9). Pulpety z indyka w sosie pomidorowym (mąka pszenna, jajko)^(1,3). Ryż biały na półsypko. Brokuł gotowany z masłem⁽⁷⁾. Woda z cytryną bez dodatku cukru.

Podwieczorek: Koktajl truskawkowo-jagodowy na kefirze⁽⁷⁾. **Bulka cynamonka** (mąka pszenna, jajko, mleko)^(1,3,7). Herbata.

Czwartek 25.06

Śniadanie: Bawarka na mleku⁽⁷⁾. **Chleb słonecznikowy** (mąka pszenna, mąka żytnia)⁽¹⁾ z masłem⁽⁷⁾, sałatą, szynką wieprzową i ogórkiem zielonym. **Rogal** (mąka pszenna)⁽¹⁾ na słodko z serkiem homogenizowanym⁽⁷⁾. Banan. Herbata.

Obiad: Zupa krem z białych warzyw (ziemniaki, kalafior, pietruszka korzeń, seler)⁽⁹⁾, cebula, śmietanka⁽⁷⁾ z groszkiem ptysiowym (mąka pszenna, jajko)^(1,3). **Makaron orkiszowy**⁽¹⁾ z mieloną wołowiną w sosie pomidorowo-paprykowym. Kompot z jabłek bez dodatku cukru.

Podwieczorek: Pizza (mąka pszenna)⁽¹⁾ z sosem pomidorowym, serem żółtym⁽⁷⁾, kukurydzą i szynką krakowską. Herbata owocowa.

Piątek 26.06

Śniadanie: Kasza manna⁽¹⁾ na mleku⁽⁷⁾. **Bulka grahamka** (mąka pszenna, mąka żytnia)⁽¹⁾ z masłem⁽⁷⁾ i sałatą, jajecznica⁽³⁾ z pomidorem. **Bulka wyborowa** (mąka pszenna)⁽¹⁾ z pastą twarogową⁽⁷⁾ z jogurtem⁽⁷⁾, miodem i prażonym słonecznikiem. Jabłko. Herbata z cytryną.

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem (śmietanka, seler)^(7,9). Ryba z pieca (morszczuk)⁽⁴⁾ z koperkiem. Puree ziemniaczane (mleko)⁽⁷⁾. Surówka z kiszonej kapusty. Kompot owocowy bez dodatku cukru.

Podwieczorek: Budyń waniliowy (jajko, mleko 2 % tł.)^(3,7) z mussem malinowym. Biszkopty (mąka pszenna, jajko)^(1,3). Herbata.

Poniedziałek 29.06

Śniadanie: Kawa zbożowa⁽¹⁾ na mleku⁽⁷⁾. **Kajzerka** (mąka pszenna)⁽¹⁾ z masłem⁽⁷⁾, sałatą, gotowanym jajkiem⁽³⁾, papryką i ogórkiem zielonym. **Chleb razowy** (mąka pszenna, mąka żytnia)⁽¹⁾ z masłem⁽⁷⁾, mozzarellą⁽⁷⁾ i pomidorem. Truskawki. Herbata.

Obiad: Żurek na maślanec z białą kielbasą (mąka żurkowa, maślanka, seler)^(1,7,9). **Kluski na parze** (mąka pszenna, jajka, mleko)^(1,3,7) z mussem jagodowym. Woda z cytryną bez dodatku cukru.

Podwieczorek: Tosty (mąka pszenna)⁽¹⁾ zapiekany z serem żółtym⁽⁷⁾ i ketchupem. Jabłko. Herbata owocowa.

Wtorek 30.06

Śniadanie: Płatki owsiane⁽¹⁾ na mleku⁽⁷⁾. **Chleb staropolski** (mąka pszenna)⁽¹⁾ z masłem⁽⁷⁾, sałatą, szynką drobiową i papryką. **Rogal** (mąka pszenna)⁽¹⁾ z twarożkiem⁽⁷⁾ i dżemem owocowym. Banan. Herbata z dzikiej róży.

Obiad: Rosół z makaronem (mąka pszenna, jajko, seler)^(1,3,9). Kotlet mielony (pszenica, jajko)^(1,3), puree ziemniaczane (mleko 2% tł.)⁽⁷⁾. Surówka z białej kapusty (majonez)⁽³⁾. Kompot owocowy bez dodatku cukru.

Podwieczorek: Galaretką z owocami. Chrupki kukurydziane. Herbata.

Oznaczenia alergenów występujących w posiłkach:

1 – zboża zawierające gluten, 2 – skorupiaki i produkty pochodne, 3 – jaja i produkty pochodne, 4 – ryby i produkty pochodne, 5 – orzeszki ziemne, 6 – soja i produkty pochodne, 7 – mleko i produkty pochodne, 8 – orzechy, 9 – seler i produkty pochodne, 10 – gorczyca i produkty pochodne, 11 – nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 – dwutlenek siarki, 13 – łubin, 14 – mięczaki

Opracował:

Zatwierdził: