

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
<b>Poniedziałek</b> 01/07	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g) / wędlina drobiowa (30g)/twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (50g)  Warzywa: papryka (20g),  Herbata ziołowa (150 ml) (1,2,3)	Z fasolki szparagowej z ziemniakami 250 ml (1,4)	Ryż paraboliczny (80g)/ pierś kurczaka z pary (100g)/ ogórek małosolny (70g)  Kompot owocowy (150ml) (1)	Domowe ciasteczka owsiane z mąki żytniej (70ml) / owoc sezonowy Herbata ziołowa (150ml) (1,2,3)
<b>Wtorek</b> 02/07	Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g)/ pasta z zielonego groszku (30g)/ polędwica drobiowa (30g)  Warzywa: rzodkiewki (30g), roszonek (5g) (1,2,3,5)  Herbata owocowa 150 ml	Szczawiowa z jajkiem 250 ml (2,4)	Ziemniaki (100g)/ kotlecik mielony (80g)/ marchewka z groszkiem(70g) (1,2,3)  Kompot owocowy (150ml)	Domowe ciasto czekoladowe (mąka żytnia, naturalne kakao, miód) (70g) owoc sezonowy Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)
<b>Środa</b> 03/07	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ parówki z szynki (30g)/ ketchup/ ser żółty (20g)  Warzywa: pomidor (20g), szczypiorek (5g)  Kakao (mleko/ kakao naturalne/miód) 150 ml (1,2,3)	Ogórkowa z ziemniakami 250 ml (1,4)	Kasza gryczana (80g)/ pieczeń rzymska w sosie własnym (80g)/ surówka z buraczków i jabłka (70g)  Kompot owocowy (150ml) (2,3,4)	Domowy kisiel wiśniowy z musem owocowym/ biszkopty (150 ml) Herbatka owocowa (150ml) (1,2,3)
<b>Czwartek</b> 04/07	Pieczywo mieszane (35g)z masłem (5g)/ pasztet domowy drobiowy (30g)/ Humus (ciecierzyca, sezam, czosnek, oliwa z oliwek) (30g)  Warzywa: ogórek kiszony(20g) (1,2,3,4)  Herbata żurawinowa 150 ml	Barszczyk ukraiński (250 ml) (1,4)	Pierogi z serem i truskawkami(180g)/sos jogurtowy (7g)/mus owocowy (50ml) (1,2,3)  Kompot owocowy (150ml)	Kanapki z pieczywa mieszanego z szyneczką drobiową (70g)/ marchewka do pochrupania (20g) (1,2,3)  Herbata żurawinowa (150ml)
<b>Piątek</b> 05/07	Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g)/ ser żółty (30g)/ dżem niskosłodzony  Warzywa: rzodkiewki 30g  Kakao (mleko/ kakao naturalne/miód) 150 ml (150 ml) (1,2,3)	Kalafiorowa z makaronem (250ml) (4)	Ziemniaki (100g)/ Filet z miruny panierowany (80g)/ surówka z kiszanej kapusty z oliwą (70g)  Kompot owocowy (150ml) (1,2,3,5)	Domowa szarlotka (70g) Herbata z cytryną i miodem(150ml) (1,2,3)

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
<b>Poniedziałek</b> <b>08/07</b>	Pieczyczo mieszane (50g) z masłem (5g) / wędlina drobiowa (30g)/ Warzywa: pomidor (20g), BIO kiełki (5g) Kakao (mleko/ kakao naturalne/miód) 150 ml (1,2,3)	Koperkowa z ziemniakami (250 ml) (4)	Kasza perłowa (80g) / strogonow z indyka (130g)/ surówka coleslaw w oliwie (70g) (1,2,3)  Kompot owocowy (150g)	Serek homogenizowany naturalny z owocami świeżymi i miodem (100ml)/ bułeczka maślana z masłem (25g) Owoc sezonowy Herbata ziołowa (150ml) (1,2,3)
<b>Wtorek</b> <b>09/07</b>	Pieczyczo mieszane (35g) z masłem (5g)/ pasta warzywna (50g)/ szyneczka wiejska (50g)  Warzywa: papryka (20g), roszonek (5g) (1,2,3,5)  Herbata z miodem i cytryną 150 ml	Ryżanka (250ml) (4)	Ziemniaczki (100g)/ nuggetsy z kurczaka (80g) / surówka z marchwi (70g)  Kompot owocowy 150 ml (1,2,3)	Domowe ciasto drożdżowe z kruszonką (70g)  Owoc sezonowy Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)
<b>Środa</b> <b>10/07</b>	Pieczyczo mieszane (35g) z masłem (5g)/ twarożek z sera białego (50g)/ dżem niskosłodzony  Kakao (mleko/ kakao naturalne/miód) (150ml) (1,2,3)	Kalafiorowa z ziemniakami (250 ml) (1,4)	Domowe pierożki z mięsem z indyka (180g)/ mizeria (70g)  Kompot owocowy (150ml) (1,2,3)	Domowe ciasto czekoladowe (mąka żytnia, naturalne kakao, miód) (70g) owoc sezonowy Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)
<b>Czwartek</b> <b>11/07</b>	Pieczyczo mieszane (35g) z masłem (5g)/ szyneczka wiejska (50g)/ jajko na twardo (1,2,3,4)  Warzywa: rzodkiewki (30g), sałata (5g)  Herbata ziołowa (150ml)	Rosół z makaronem (250ml) (2,3,4)	Ziemniaki (100g)/ kotlecik pożarski (80g)/ kapusta gotowana z koperkiem (70g) (1,2,3)  Kompot owocowy (150ml)	Chąłka z masłem (65g)/ dżem niskosłodzony (7g)/ Owoc sezonowy Herbatka ziołowa (150ml) (1,2,3)
<b>Piątek</b> <b>12/07</b>	Pieczyczo mieszane (50g) z masłem (5g)/ pasta jajeczna ze szczypiorkiem (30g)/ szynka wieprzowa(30g) (1,2,3)  Warzywa: pomidor (20g)/ rukola (5g)  Kakao (mleko/ kakao naturalne/miód) (150ml) (1,2,3)	Ziemniaczana (250ml) (1,4)	Naleśniki z serem białym (180g)/polewa z jogurtu naturalnego (7g), mus truskawkowy (50ml)  Kompot owocowy (150ml) (1,2,3)	Kanapeczki z pieczywa mieszanego z szyneczką wiejską (70g)/ ogórek zielony do pochrupania (20g)  Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
<b>Poniedziałek</b> <b>15/07</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ szyneczka z indyka (30g)/ ser żółty (30g)  Warzywa: pomidor (20g)/ BIO kielki (5g)  Kakao (mleko/ kakao naturalne/ miód) (150ml) (1,2,3)	Szczawiowa z jajkiem i ziemniakami (250ml)  (1,3)	Spaghetti bolognese (180g)/ surówka z ogórka kiszzonego (70g)  Kompot owocowy 150 ml (1,2,3)	Domowe ciasto drożdżowe z kruszonką (70g) Owoc sezonowy  Herbata ziołowa (150ml) (1,2,3)
<b>Wtorek</b> <b>16/07</b>	Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g)/ pasta z tuńczyka z jajkiem i ze szczypiorkiem (30g)/ szyneczka wiejska (30g)  Warzywa: papryka (20g), roszponka (5g) (1,2,3,5)  Herbata z miodem i cytryną 150 ml	Jarzynowa z makaronem (250 ml)  (2,3,4)	Ziemniaki (100g)/ bioderko z kurczaka (70g)/ sałata z rzodkiewkami i jogurtem naturalnym (55g) (1,2,3)  Kompot owocowy (150ml)	Homogenizowany serek waniliowy (100g) (1,2,3) Herbata owocowa (150ml)
<b>Środa</b> <b>17/07</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ szyneczka wiejska (30g)/ pasta z fasoli z czosnkiem i suszonymi pomidorami (30g)  Warzywa: ogórek kiszony (20g) (1,2,3,4)  Kakao (mleko/ kakao naturalne/ miód) (150ml) (1,2,3)	Kapuśniak z ziemniakami (250 ml)  (2,4)	Kasza gryczana (80g)/ pulpecik wieprzowy w sosie pomidorowym 80g/ surówka z kapusty pekińskiej z sosem vinegrette (70g)  Kompot owocowy (150ml) (1,2,6)	Kasza jaglana na słodko z musem truskawkowym (150ml)
<b>Czwartek</b> <b>18/07</b>	Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g)/ twarożek z bakaliami (50g)/ szyneczka drobiowa (50g) (1,2,3)  Warzywa: ogórek zielony (20g)  Herbata owocowa (150ml)	Krupnik tradycyjny z ziemniakami (250 ml)  (2,4)	Ziemniaki (100g)/ gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (80g), surówka wiosenna (70g)  Kompot owocowy (150 ml) (1,2,3)	Racuszki z jabłkami (100g) z cukrem pudrem (7g) Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)
<b>Piątek</b> <b>19/07</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ Pasta z zielonego groszku (50g)/ polędwica z indyka(30g) (1,2,3)  Warzywa: pomidor (20g)/ rukola (5g)  Kakao (mleko/ kakao naturalne/ miód) (150ml) (1,2,3)	Pomidorowa z ryżem (250ml)  (1,4)	Makaron z białym serem i polewą truskawkową (180g)  Kompot owocowy (150ml) (1,3,5)	Kanapeczki z serem żółtym (50g) (1,2,3) Owoc sezonowy Herbata owocowa (150ml)

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
<b>Poniedziałek</b> <b>22/07</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ szyneczka wiejska (30g)/ pasta z soczewicy i pomidorów suszonych (30g)  Warzywa: pomidor (20g)/  Kakao (mleko/ kakao naturalne/ miód) (150ml) (1,2,3)	Jarzynowa z ziemniakami (250ml)  (1,4)	Ryż paraboliczny (100g), pierś z kurczaka w sosie warzywnym (100 g) (1,2,3)  Kompot owocowy (150g)	Jagodzianka własnego wypieku (1,2,3)  Herbata owocowa (150ml)
<b>Wtorek</b> <b>23/07</b>	<u>Płatki żytnie na mleku/rodzynki (200 ml)</u>  Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g)/ szyneczka wiejska (30g)/ jajko na twardo (50g)  Warzywa: papryka (20g), roszponka (5g) (1,2,3)  Herbata owocowa 150 ml	Botwinka z ziemniakami (250 ml)  (1,4)	Ziemniaki (100g)/kotlet mielony wieprzowy (80g)/ mizeria z jogurtem (70g) (1,2,3)  Kompot owocowy (150ml)	Chałka z masłem i dżemem niskosłodzonym (1,2,3) Owoc sezonowy Herbata owocowa (150ml)
<b>Środa</b> <b>24/07</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ parówki z szynki/ ketchup/ ser żółty (20g) (1,2,4)  Warzywa: pomidor (20g)/ szczypiorek (5g)  Herbata ziołowa (150ml)	Ogórkowa z ziemniakami (250ml)  (1,4)	Kluseczki leniwe z sosem jogurtowym (180g)/ surówka z marchwi (70g)  Kompot owocowy (150ml)	Kanapeczki z szyneczką wiejską Ogórek świeży do pochrupania  Herbata ziołowa (150 ml) (1,2,3)
<b>Czwartek</b> <b>25/07</b>	<u>Kasza orkiszowa na mleku/ (200 ml)</u>  Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g)/ pasztet drobiowy domowy (30g)/ (30g)  Warzywa: ogórek małosolny (20g) (1,2,3)  Herbata owocowa 150 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki (250 ml)  (4)	Kasza gryczana (90g)/ kolorowy kociołek z wieprzowinką i warzywami (130g), surówka z buraka z jabłkiem (70g)  Kompot owocowy (150ml)	Koktajl bananowo – truskawkowy na jogurcie (150ml) / Owoc sezonowy  Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)
<b>Piątek</b> <b>26/07</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ ser biały (30g)/ dżem niskosłodzony (15g)/ polędwica drobiowa (30g)/  Warzywa: rzodkiewki (30g), (1,2,3)  Kakao (mleko/ kakao naturalne) (150ml)	Żurek z jajkiem i ziemniakami (250ml)  (1,2,3)	Ziemniaki (100g)/ Kotlet z miruny (70g)/ surówka z kapusty kiszzonej (70g)  Kompot owocowy (150ml) (1,2,3,5)	Domowe ciasto czekoladowe (mąka żytnia, naturalne kakao, miód) (70g) owoc sezonowy Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
<b>Poniedziałek</b> <b>29/07</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ wędlina drobiowa (30g)/ pasta z groszku zielonego (30g) (1,2,3)  Warzywa: pomidor (20g)/  Kakao (mleko/ kakao naturalne/ miód) (150ml) (1,2,3)	Koperkowa z ziemniakami (250ml) (1,4)	Pierogi z mięsem z indyka (180g), surówka z kapusty pekińskiej (70ml) (1,2,3)  Kompot owocowy (150g)	Kanapeczki z pieczywa mieszanego z szyneczką wiejską (70g)/ owoc sezonowy  Herbata ziołowa (150ml) (1,2,3)
<b>Wtorek</b> <b>30/07</b>	<u>Płatki jaglane na mleku/miód (200 ml)</u>  Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g)/ szyneczka wiejska (30g)/  Warzywa: papryka (20g) /sałata (5g)  Herbata ziołowa (150ml) (1,2,3)	Kalafiorowa z makaronem (250ml) (1,2,3)	Ziemniaki (100g)/sznycel z kurczaka (90g)/ marchewka z groszkiem na ciepło (70g) (1,2,3)  Kompot owocowy (150ml)	Domowe ciasto drożdżowe z kruszonką (70g)  Owoc sezonowy  Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)
<b>Środa</b> <b>31/07</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ szyneczka wiejska (30g)/ pasta warzywna (20g)  Warzywa: ogórek zielony (20g)/ BIO kiełki (5g) (1,2,3)  Kakao (mleko/ kakao naturalne/ miód) (150ml)	Barszcz czerwony z ziemniakami (250 ml) (1,3,4)	Makaron spaghetti (80g) z mięsem mielonym, sosem pomidorowym (95 g)/ surówka z ogórków kiszonych (70g)  Kompot owocowy (150 ml) (1,2,3)	Domowe rogaliki (60ml) Owoc sezonowy  Herbata ziołowa (150ml) (1,2,3)

Poniższa tabela przedstawia najczęściej spotykane alergeny pokarmowe. W celu ułatwienia dla Państwa informacji do każdego alergenu pokarmowego została przypisana cyfra porządkowa, która również została umieszczona w jadłospisie.

Alergeny pokarmowe:

1. Mleko oraz jego przetwory
2. Gluten
3. Jajka i produkty pochodne
4. Seler
5. Ryby i produkty pochodne
6. Soja

Wszelkiego rodzaju **wędliny** zgodnie z informacjami od producentów mogą zawierać śladowe ilości : **glutenu, jaj, soi, gorzycy, sezamu.**

**Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:** pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, kwas cytrynowy, cukier waniliowy.

**Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości:**

**glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorzycy.**