

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
Poniedziałek 03/06	Pieczyczo mieszane (50g) z maselkiem (5g) / wędlna drobiowa (30g)/ ser żółty (50g) Warzywa: rzodkiewka (20g), kiełki (5g) Kakao (mleko/ kakao naturalne/miód) 150 ml (1,2,3)	Koperkowa z ziemniakami 250 ml (4)	Naleśniki z serem białym (180g)/ polewa z jogurtu naturalnego (7g)/ jabłuszko prażone (70g) Kompot owocowy 150 ml (1,2,3)	Kanapeczki z pieczywa mieszanego z szyneczką wiejską (70g)/ Owoc sezonowy Herbata ziołowa (150ml) (1,2,3)
Wtorek 04/06	<u>Płatki jaglane na mleku/miód (200 ml)</u> Pieczywo mieszane (35g) z maselkiem (5g)/ hummus (ciecierzyca, sezam, czosnek, oliwa z oliwek) (30g)/ szyneczka drobiowa (30g) Warzywa: papryka (20g), roszponka (5g) (1,2,3,5) Herbata z miodem i cytryną 150 ml	Pomidorowa z ryżem 250 ml (2,4)	Ziemniaczki (100g)/ filet z kurczaka grillowany (80g) / młoda kapusta z koperkiem zasmażana (70g) Kompot owocowy 150 ml (1,2)	Domowe ciasto drożdżowe z kruszonką (70g) Owoc sezonowy Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)
Środa 05/06	Pieczyczo mieszane (50g) z maselkiem (5g)/ parówki z szynki (30g)/ ketchup/ ser żółty (20g) Warzywa: pomidor (20g), szczypiorek (5g) Kakao (mleko/ kakao naturalne/miód) 150 ml (1,2,3)	Żurek z ziemniakami 250 ml (1,2,3)	Kasza pęczak (80 g)/ gulasz z indyka z cukinią i papryką (100g) / surówka colesław z sosem jogurtowo - majonezowym (70g) Kompot owocowy 150 ml (1,2)	Ryż na mleku na gęsto z sosem truskawkowym (150 ml) Herbata ziołowa (150 ml) (1,3)
Czwartek 06/06	<u>Owsianka na mleku/rodzynki (200 ml)</u> Pieczywo mieszane (35g)z maselkiem (5g)/ pasta z soczewicy i pomidorów suszonych (30g)/ polędwica sopocka (30g) Warzywa: ogórek kiszony(20g) (1,2,3,4) Herbata miętowa 150 ml	Jarzynowa z młodych warzyw z ziemniakami (250 ml) (1,4)	Makaron spaghetti (80g) z mięsem mielonym, sosem pomidorowym ze świeżą nazylią(95 g)/ sałata z rzodkiewkami i jogurtem naturalnym (55g) Kompot owocowy (150 ml) (1,2,3)	Chałka z maselkiem (65g)/ dżem niskosłodzony (7g)/ Owoc sezonowy Herbatka miętowa (150ml) (1,2,3)
Piątek 07/06	<u>Jogurt naturalny z musli (150ml)</u> Pieczywo mieszane (35g) z maselkiem (5g)/ twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką (50g)/ Warzywa: pomidor (20g), kiełki słonecznika (3g) Herbata z miodem (150 ml) (1,2,3)	Ryżanka (250ml) (4)	Ziemniaki (100g)/ Filet z miruny pieczony z ziołami (80g)/ surówka z kiszonej kapusty z oliwą (70g) Kompot owocowy (150ml) (3,5)	Domowe ciasto marchewkowe na mące żytniej (70g) (1,2,3) Owoc sezonowy Herbata owocowa (150ml)

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
Poniedziałek 10/06	Kanapeczki z pieczywa mieszanego (50g) z masłem (5g)/ serek wiejski (50g) / polędwica drobiowa (30g) Warzywa: rzodkiewki 30g Herbata ziołowa (150ml) (1,2,3)	Ogórkowa z ziemniakami (250ml) (1,4)	Ryż (80g)/ polędwiczki drobiowe w sosie śmietanowym (90g)/ surówka z młodych warzyw (70g) Kompot owocowy (150ml) (1,2,3)	Domowe ciasto czekoladowe (mąka żytnia, naturalne kakaó, miód) (70 g)/ Herbata ziołowa (150ml) (1,2,3)
Wtorek 11/06	<u>Kasza jaglana na mleku (150ml)</u> Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g)/ szyneczka wiejska (30g)/ ser żółty (30g) Warzywa: papryka (20g) /sałata (5g) Herbata malinowa (150ml) (1,2,3,5)	Kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami (250ml) (4)	Domowe pierożki z mięsem z indyka (180g)/ mizeria z jogurtem naturalnym (50ml) Kompot owocowy (150ml) (1,2,3)	Domowa szarlotka (70g) (1,2,3) Marchewka do pochrupania Herbata owocowa (150ml)
Środa 12/06	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ pasta z jajka ze szczypiorkiem (30g)/ szyneczka wiejska (20g) Warzywa: pomidor (20g)/ Kakao (mleko/ kakao naturalne/miód) (150ml) (1,2,3)	Brokułowa z kaszą jaglaną (250ml) (4)	Ziemniaki (100g)/ kotlecik pożarski (80g)/ surówka z marchwi i jabłka (70g) (1,2,3) Kompot owocowy (150ml)	Domowe budyń waniliowy (70g) owoc sezonowy Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)
Czwartek 13/06	<u>Płatki ryżowe na mleku (150 ml)/ morele suszone</u> Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g)/ szyneczka z indyka (30g)/ (1,2,3) Warzywa: ogórek zielony (20g) Herbata owocowa (150ml)	Pomidorowa z makaronem (250ml) (2,3)	Kasza gryczana (80g)/ klopsiki w sosie własnym (80g)/ surówka colesław (70g) Kompot owocowy (150ml) (2,4)	Koktajl z jogurtu naturalnego ze świeżymi truskawkami (150ml) Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)
Piątek 14/06	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ twarożek z bakaliami (50g)/ szynka wieprzowa(30g) (1,2,3) Warzywa: pomidor (20g)/ rukola (5g) Kakao (mleko/ kakao naturalne/miód) (150ml) (1,2,3)	Botwinka (250 ml) (1,4)	Makaron z serem białym (180g)/z polewą truskawkową (50ml) Kompot owocowy (150ml) (1,2,3)	Tosty z szynką i z serem żółtym (70g)/ ogórek do pochrupania (20g) (1,2,3) Herbata owocowa (150ml)

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
------	-----------	------	----------	--------------

<p>Poniedziałek 17/06</p>	<p>Pieczyczo mieszane (50g) z masłem (5g)/ wędlina drobiowa (30g)/ ser biały/ dżem niskosłodzony (30g)</p> <p>Warzywa: rzodkiewki (20g)/</p> <p>Kakao (mleko/ kakao naturalne/ miód) (150ml) (1,2,3)</p>	<p>Ziemniaczana (250ml) (1,4)</p>	<p>Makaron muszelki (80g) / potrawka z kurczaka z papryką i cukinią (100g)/ surówka wiosenna (70g) (1,2,3)</p> <p>Kompot owocowy (150g)</p>	<p>Domowe ciasto zebra (70g) (1,2,3) Owoc sezonowy</p> <p>Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)</p>
<p>Wtorek 18/06</p>	<p><u>Kasza orkiszowa na mleku/miód (200 ml)</u></p> <p>Pieczyczo mieszane (35g) z masłem (5g)/ szynka wiejska (40g)/</p> <p>Warzywa: papryka (20g), sałata (5g) (1,2,3)</p> <p>Herbata owocowa 150 ml</p>	<p>Koperkowa (250ml) (2,3,4)</p>	<p>Ziemniaki (100g)/ kotlet mielony (85g)/ marchewka z groszkiem (70g) (1,2,3)</p> <p>Kompot owocowy (150ml)</p>	<p>Koktajl bananowo – truskawkowy na jogurcie (150ml) / Owoc sezonowy</p> <p>Herbata owocowa (150ml)</p>
<p>Środa 19/06</p>	<p>Pieczyczo mieszane (50g) z masłem (5g)/ pasta z jajek ze szczypiorkiem (50g)/ szyneczka drobiowa (30g)</p> <p>Warzywa: ogórek kiszony (20g) (1,2,3,4)</p> <p>Herbata ziołowa 150 ml</p>	<p>Krupnik tradycyjny z ziemniakami (250 ml) (2,4)</p>	<p>Pierogi z serem (180g)/sos jogurtowy (7g)/ jabłuszko prażone (70g) (1,2,3)</p> <p>Kompot owocowy (150ml)</p>	<p>Kanapeczki z pieczywa mieszanego z szyneczką wiejską (70g)/ Owoc sezonowy</p> <p>Herbata ziołowa (150ml) (1,2,3)</p>

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
Poniedziałek 24/06	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ szyneczka z indyka (30g)/ ser żółty (30g) Warzywa: pomidor (20g)/ sałata (5g) (1,2,3)	Kalafiorowa z ziemniakami (250ml) (1,4)	Makaron z serem białym (180g) / z polewą truskawkową (70ml) (1,2,3) Kompot owocowy (150g)	Kanapeczki z pieczywa mieszanego z szyneczką wiejską (70g)/ Owoc sezonowy Herbata ziołowa (150ml) (1,2,3)
Wtorek 25/06	<u>Zacierki na mleku/rodzynki (200 ml)</u> Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g)/ szyneczka wiejska (30g)/ Warzywa: papryka (20g), roszponka (5g) (1,2,3,5) Herbata z miodem i cytryną 150 ml	Szczawiowa z jajkiem i ziemniakami (250ml) (1,3)	Kasza gryczana (80g)/ gulasz wieprzowy z warzywami (100g)/ surówka colesław z sosem jogurtowo - majonezowym (70g) (1,2,3) Kompot owocowy (150ml)	Domowe ciasto biszkoptowe z galaretką i owocami (70g) (1,2,3) Owoc sezonowy Herbata owocowa (150ml)
Środa 26/06	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ parówki z szynki (30g), twarożek z jogurtem naturalnym (30g)/ dżem niskosłodzony Warzywa: ogórek zielony (20g)/ (1,2,3) Herbata owocowa 150 ml	Jarzynowa z młodych warzyw z makaronem (250 ml) (2,3,4)	Ziemniaki (100g) /gołąbek z mięsem i ryżem (80g) w sosie pomidorowym (20g) (1,2,3) Kompot owocowy (150ml)	Serek homogenizowany naturalny z owocami świeżymi i miodem (100ml)/ Owoc sezonowy Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)
Czwartek 27/06	<u>Kasza manna na mleku (200 ml)</u> Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g)/ pasztet drobiowy domowy (30g)/ ser żółty (30g) Warzywa: rzodkiewki (20g), roszponka (5g) (1,2,3) Herbata z miodem i cytryną 150 ml	Botwinka z ziemniakami (250ml) (4)	Ryż (80g)/ eskalopki z indyka w sosie własnym (100g)/ kalafior z bułką tartą i masłem (70g) Kompot owocowy (150ml) (1,2)	Placuszki z jabłkami (100g) Owoc sezonowy Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)
Piątek 28/06	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ pasta z tuńczyka z jajkiem i szczypiorkiem (50g)/ ser żółty (30g) Warzywa: papryka (20g) (1,2,3) Kakao (mleko/ kakao naturalne/ miód) (150ml) (1,2,3)	Ogórkowa (250ml) (2,4)	Ziemniaki (100g)/ kotlet z miruny (80g)/ surówka z białej kapusty z ogórkami i marchewką (70g) Kompot owocowy (150ml) (2,3,5)	Domowe ciasto drożdżowe z kruszonką (70g) Owoc sezonowy Herbata owocowa (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, gorczycy, sezamu.**

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

Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości:

glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczycy.