

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
<b>Czwartek</b>  <b>01/08</b>	<u>Zacierki na mleku/miód (200 ml)</u> Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g)/ szyneczka wiejska (30g)/ (1,2,3) Warzywa: rzodkiewki (10g), sałata (5g) Herbata owocowa 150 ml	Pomidorowa z makaronem (250 ml)  (1,2,3, 4)	Ziemniaki (100g)/ kotlet mielony (80g)/ surówka z marchewki i jabłka (70g) (1,2,3)  Kompot owocowy (150ml)	Domowa jagodzianka z posypką (70g) Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)
<b>Piątek</b>  <b>02/08</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ polędwica drobiowa (30g), dżem niskosłodzony (5g)  Warzywa: papryka (10g) 1,2,3)  Kakao (mleko/ kakao naturalne/ miód) (150ml) (1,2,3)	Ogórkowa ziemniakami (250 ml)  (1,4)	Makaron świderki (100g) z białym serem (70g) i polewą truskawkową (7g) (1,2,3)  Kompot owocowy (150ml)	Kanapeczki z pieczywa mieszanego z serem żółtym (50g), owoc sezonowy Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
<b>Poniedziałek</b> <b>05/08</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g) / twarożek z sera białego na słodko (30g)/ powidła śliwkowe (5g)  Kakao (mleko/ kakao naturalne/ miód) (150 ml) (1,2,3)	Jarzynowa z ziemniakami  250 ml  (1,4)	Spaghetti z mięsem z sosem pomidorowym ze świeżą bazylią (180g)/ ogórek kwaszony (70g)  Kompot owocowy (150ml) (1,2,3)	Domowy budyń waniliowy (150ml)/ owoc sezonowy Herbata ziołowa (150ml) (1,2,3)
<b>Wtorek</b> <b>06/08</b>	<u>Kasza manna na mleku (200 ml)</u>  Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g)/ szyneczka wiejska (30g)  Warzywa: pomidor (10g), roszonek (5g) (1,2,3,5)  Herbata z owocowa 150 ml	Ryżanka (250ml)  (4)	Domowe pierożki z mięsem z indyka (180g) / surówka z kapusty pekińskiej (70g)  Kompot owocowy 150 ml (1,2,3)	Domowe ciasto czekoladowe (mąka żytnia, naturalne kakao, miód) (70g) owoc sezonowy  Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)
<b>Środa</b> <b>07/08</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ parówki z szynki (30g)/ ketchup/ ser żółty (20g)  Warzywa: ogórek kiszony (10g)  Kakao (mleko/ kakao naturalne/ miód) (150 ml) (1,2,3)	Ziemniaczana z natką z pietruszki (250ml) (1,4)	Kasza gryczana (80g) / gulasz wieprzowy w warzywach (130g)/ surówka z marchwi i jabłka (70g) (1,2,3)  Kompot owocowy (150g)	Jogurt naturalny z owocami i musli (150ml) Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)
<b>Czwartek</b> <b>08/08</b>	<u>Owsianka na mleku/ rodzynki (200 ml)</u>  Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g)/ polędwica sopocka (30g)/  Warzywa: rzodkiewki (10g) (1,2,3)  Herbata rumiankowa 150 ml	Brokułowa z kaszą jaglaną 250 ml (4)	Ryż paraboliczny (100g)/ pulpeciki drobiowe w sosie z warzywami (80g) / surówka warzywna (70g)  Kompot owocowy 150 ml (1,2,4)	Chałka z dżemem niskosłodzonym (70g) Owoc sezonowy Herbata rumiankowa (150ml) (1,2,3)
<b>Piątek</b> <b>09/08</b>	Kanapeczki z pieczywa mieszanego (50g) z masłem (5g)/ pasta z zielonego groszku (50g) / ser żółty (30g)  Warzywa: pomidor (20g), sałata (5g)  Kakao (mleko/ kakao naturalne/ miód) (150ml) (1,2,3)	Barszczyk ukraiński (250 ml)  (1,4)	Kluseczki leniwe (180g)/polewa z jogurtu naturalnego (7g), jabłuszko prażone (50ml)  Kompot owocowy (150ml) (1,2,3)	Kanapki z bułeczki z szyneczką drobiową (40g)/ marchewka do pochrupania (20g) Herbata żurawinowa (150ml) (1,2,3)

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

<b>Poniedziałek</b>  <b>12/08</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ polędwica sopocka (30g)/ pasta z ciecierzycy (30g)  Warzywa: papryka (20g)/ rukola (5g)  Kakao (mleko/ kakao naturalne/ miód) (150ml) (1,2,3)	Kalafiorowa z ziemniakami (250 ml)  (1,4)	Ryż (80g)/ pulpety z mięsa mieszanego w sosie koperkowym (90g)/ mizeria z jogurtem (70g)  Kompot owocowy (150ml) (1,2,3)	Pudding z kaszy jaglanej na słodko (150ml) Owoc sezonowy Herbata owocowa (150ml)
<b>Wtorek</b>  <b>13/08</b>	<u>Kasza orkiszowa na mleku/ rodzynki (200 ml)</u>  Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g)/ szyneczka wieprzowa (30g)  Warzywa: ogórek zielony (20g), sałata (5g) (1,2,3)  Herbata miętowa 150 ml	Pomidorowa z ryżem (250ml)  (1,4)	Ziemniaczki (100g)/ kotlecik pożarski (80g) / buraczki na ciepło (70g)  Kompot owocowy 150 ml (1,2)	Domowe ciasto marchewkowe na mące żytniej (70g) Owoc sezonowy Herbata owocowa (150ml)  (1,2,3)
<b>Środa</b>  <b>14/08</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ domowy pasztet drobiowy (30g)  Warzywa: ogórek kwaszony (10g) (1,2,3)  Herbata owocowa 150 ml	Kapuśniak z ziemniakami (250 ml)  (2,4)	Makaron świderki (100 g)/ ser biały z jogurtem naturalnym (80g)/ polewa truskawkowa (70ml)  Kompot owocowy (150 ml) (1,2,3)	Kanapki z pieczywa mieszanego z szyneczką drobiową (70g)/ owoc sezonowy Herbata ziołowa (150ml) (1,2,3)
<b>DATA</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ZUPA</b>	<b>II DANIE</b>	<b>PODWIECZOREK</b>

<b>Poniedziałek</b>  <b>19/08</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ szyneczka wiejska (30g)/ ser żółty (30g)  Warzywa: pomidor (20g)/  Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)	Żurek z ziemniakami (250ml)  (1,2,3)	Makaron spaghetti z sosem pomidorowym ze świeżą bazylią i ser żółty do posypania (180g)/ ogórek kwaszony (70g)  Kompot owocowy (150ml) (1,2)	Serek homogenizowany waniliowy (100ml)/ biszkopty (25g)  Herbata ziołowa (150ml) (1,2,3)
<b>Wtorek</b>  <b>20/08</b>	<u>Kasza jaglana na mleku/ (200 ml)</u>  Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g)/ ser żółty (30g)  Warzywa: papryka (20g), roszonka (5g) (1,2,3)  Herbata cytrynowa 150 ml	Jarzynowa z makaronem (250 ml)  (2,3,4)	Ziemniaki (100g)/ kotlecik mielony (80g)/ marchewka na ciepło (70g) (1,2,3)  Kompot owocowy (150ml)	Domowa jagodzianka z posypką (70g)  Herbata owocowa (150ml)  (1,2,3)
<b>Środa</b>  <b>21/08</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ Humus (ciecierzyca, sezam, czosnek, oliwa z oliwek (30g)/połudwica sopocka (20g)  Warzywa: pomidor (20g)/ sałata (5g)  Kakao (mleko/ kakao naturalne/miód) (150ml) (1,2,3)	Koperkowa z ziemniakami (250 ml)  (4)	Kasza gryczana (100g)/ pulpety drobiowe w sosie pomidorowym (80g)/ surówka wielowarzywna w sosie vinegrette (70g)  Kompot owocowy (150ml) (2,3,4)	Chałka z dżemem niskosłodzonym (50g)  Owoc sezonowy Herbata z cytryną (150ml) (1,2,3)
<b>Czwartek</b>  <b>22/08</b>	<u>Kluski lane na mleku/ (200 ml)</u>  Pieczywo mieszane (35g)z masłem (5g)/ pasztet domowy drobiowy (30g)/  Warzywa: ogórek kwaszony (20g) (1,2,3,4)  Herbata żurawinowa 150 ml	Krupnik tradycyjny z ziemniakami (250 ml)  (2,4)	Ziemniaki (130g)/ bioderko z kurczaka pieczone (80g)/ surówka z buraczków czerwonych z jabłkiem (70g) (1,2,3)  Kompot owocowy (150ml/ )	Domowy kisiel wiśniowy (70g)  Owoc sezonowy Herbata żurawinowa (150ml) (1,2,3)
<b>Piątek</b>  <b>23/08</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ pasta z jajka ze szczypiorkiem (50g)/ szynka wieprzowa(30g) (1,2,3)  Warzywa: pomidor (20g)/  Kakao (mleko/ kakao naturalne/miód) (150ml) (1,2,3)	Ogórkowa z ziemniakami (250ml) (2,4)	Pierogi z białym serem i polewą jogurtową (190g)/ surówka z marchwi na słodko (70g)  Kompot owocowy (150ml)	Kanapki z bułeczki serem żółtym (50g)  Owoc sezonowy Herbatka miętowa (150ml) (1,2,3)

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
<b>Poniedziałek</b> <b>26/08</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ polędwica drobiowa (30g)/ pasta z soczewicy i pomidorów suszonych (30g)  Warzywa: ogórek małosolny (20g)/ Herbata owocowa (150ml) (1,2,3)	Z fasolki szparagowej z ziemniakami 250 ml  (1,4)	Makaron świderki (100g) gulasz wieprzowy z warzywami (95 g)/ sałata z rzodkiewkami i jogurtem naturalnym (55g)  Kompot owocowy (150 ml) (1,2,3)	Pudding ryżowy na mleku na gęsto z sosem truskawkowym (150 ml)  Herbata owocowa (150 ml)  (1,3)
<b>Wtorek</b> <b>27/08</b>	<u>Płatki ryżowe na mleku/rodzynki (200 ml)</u>  Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g)/ szyneczka wiejska (30g)  Warzywa: pomidor (20g), roszponka (5g) (1,2,3,5)  Herbata owocowa (150 ml)	Pomidorowa z ryżem (250ml)  (2,3,4)	Ziemniaki (100g)/ polędwiczk drobiowe panierowane (85g)/ marchewka z groszkiem (70g) (1,2,3)  Kompot owocowy (150ml)	Domowy serniczek (70g) Owoc sezonowy Herbata owocowa (150ml)  (1,2,3)
<b>Środa</b> <b>28/08</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ parówki z szynki (30g)/ ketchup/ ser żółty (30g)  Warzywa: rzodkiewki (20g)/ Kakao (mleko/ kakao naturalne/miód) (150ml) (1,2,3)	Szczawiowa z jajkiem i ziemniakami (250ml)  (1,3)	Naleśniki z serem białym i polewą jogurtową (180g)/ jabłuszko prażone (50g)  Kompot owocowy (150ml) (2,4)	Kanapki z pieczywa mieszanego z serem żółtym i pomidorem (70g)/ Herbata ziołowa (150ml)  (1,2,3)
<b>Czwartek</b> <b>29/08</b>	<u>Kluszciki lane na mleku (150 ml)</u>  Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g)/ ser żółty (50g) (1,2,3)  Warzywa: pomidor (20g)/ rukola (5g) Herbata żurawinowa (150ml)	Zacierkowa (250 ml)  (1,2,3,4)	Kasza perlowa (100g)/ pulpecik wieprzowy w sosie koperkowym (80g)/ surówka z kapusty pekińskiej (70g) (1,2,3)  Kompot owocowy (150ml)	Domowe ciasto drożdżowe z kruszonką (70g)  Owoc sezonowy Herbata żurawinowa (150ml) (1,2,3)
<b>Piątek</b> <b>30/08</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g)/ twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (50g)/ szynka wieprzowa (30g) (1,2,3)  Kakao (mleko/ kakao naturalne/miód) (150ml) (1,2,3)	Barszczyk czerwony (250ml)  (4)	Ziemniaki (100g), Filet z miruny (80g), surówka z kapusty kiszonej (70g)  Kompot owocowy 150 ml (1,2,3,5)	Koktajl bananowo – truskawkowy na jogurcie naturalnym (150ml) / ciasteczka owsiane  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.**