

📅 10.02.2025 **Poniedziałek**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni

Masło ekstra (z mleka)

Szynka Bohuna (**mleko**, **seler**, **gorczyca**)

Pomidor

Rzodkiewka

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Banan

Obiad

Barszcz ukraiński z ziemniakamiSkładniki: woda, burak, ziemniaki, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, koncentrat barszczu czerwonego (**seler**), natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól biała**Makaron świderki z serem białym**Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), makaron **pszenny** bezjajeczny, masło ekstra (z **mleka**), cukier**Kompot gruszkowy**

Składniki: woda, gruszka

Podwieczorek

Serek homogenizowany truskawkowy (z mleka)

Energia: 888 kcal

📅 11.02.2025 **Wtorek**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni

Masło ekstra (z mleka)

Jajko gotowane

Składniki: **jaja** kurze całe

Ogórek zielony

Płatki kukurydziane na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane

II Śniadanie

Woda

Gruszka

Obiad

Zupa cebulowa z makaronemSkładniki: woda, cebula, mięso z podudzia indyka, bez skóry, makaron **pszenny** dwujajeczny, gotowany, pietruszka, korzeń, marchew, **seler** korzeniowy, śmietana 12% (z **mleka**), koperek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól biała**Kotlet z morszczuka**Składniki: **morszczuk** mrożony, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, baton **pszenny**, cebula, pieprz cytrynowy (**jajka**, **soja**, **mleko**, **orzechy**, **seler**, **gorczyca**)**Puree ziemniaczane**Składniki: ziemniaki, **mleko** krowie, 2% tłuszczu**Surówka z kalarepy, jabłka, marchewki z jogurtem**Składniki: kalarepa, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), marchew, jabłko, sól biała, pieprz**Kompot jabłkowo- agrestowy**

Składniki: woda, jabłko, agrest, cukier

Podwieczorek

Rogal maślany z masłemSkładniki: bułki i rogale **pszenne** maślane, masło ekstra (z **mleka**)**Soczek owocowy**

Energia: 1038 kcal

📅 12.02.2025 **Środa**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni

Masło ekstra (z mleka)

Ser gouda tłusty (z **mleka**)

Ogórek kiszony

Papryka czerwona

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Marchewka súpki

Składniki: marchew

Obiad

Grochówka z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, groch, nasiona suche, marchew, cebula, kiełbasa śląska, pietruszka, korzeń, olej rzepakowy, czosnek, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, pieprz, sól biała

Półdewiczki wieprzowe w sosie własnymSkładniki: wieprzowina połówca, woda, olej rzepakowy, cebula, mąka **pszenna**, typ 450, pieprz, sól morską drobnoziarnista**Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana**Składniki: fasolka szparagowa z wody, z masłem
Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, masło ekstra (z **mleka**), bułka tarta (**pszenica**)**Kompot śliwkowy**

Składniki: woda, śliwki, cukier

Podwieczorek

LeguminaSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kasza manna (**pszenica**), cukier

Energia: 1047 kcal

📅 13.02.2025 **Czwartek**

I Śniadanie

Chleb orkiszowy

Masło ekstra (z mleka)

Pasta z makreli wędzonej ze szczypiorkiem

Składniki: **makrela** wędzona, **jaja** kurze całe, ogórek kiszony, szczypiorek, masło ekstra (z **mleka**)

Kawa zbożowa na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

II Śniadanie

Mandarynki

Obiad

Zupa koperkowa z ryżem na udźcu z indykaSkładniki: woda, ryż biały, koperek, marchew, mięso z podudzia indyka, bez skóry, pietruszka, korzeń, śmietana 18% (z **mleka**), **seler** korzeniowy, por, masło ekstra (z **mleka**), pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała**Spaghetti bolognese z makaronem**Składniki: wieprzowina szynka surowa, makaron **pszenny** bezjajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, cebula, zioła prowansalskie, czosnek, pieprz, sól biała**Kompot truskawkowy**

Składniki: woda, truskawki, mrożone, cukier

Podwieczorek

Banan

Energia: 927 kcal

📅 14.02.2025 **Piątek**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni

Masło ekstra (z mleka)

Papryka czerwona

Parówki z szynki 90% (**jajka**, **soja**, **mleko**, **seler**, **gorczyca**)

Kecup

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Jabłko

Obiad

Zupa jarzynowaSkładniki: woda, ziemniaki, mięso z podudzia indyka, bez skóry, marchew, pietruszka, korzeń, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, **seler** korzeniowy, por, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała**Pierogi z truskawką**Składniki: pierogi z truskawką (**pszenica**, **mleko**), masło ekstra (z **mleka**)**Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Mleko o smaku waniliowym Paluch kukurydziany

Energia: 876 kcal

UWAGA: Jadłospis może ulec zmianie