

📅 10.06.2024 **Poniedziałek**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni**Masło ekstra (mleko)****Pasta jajeczna ze szczypiorkiem**Składniki: **jaja** kurze całe, ogórek kiszony, szczypiorek, masło ekstra (**mleko**)**Herbata z cytryną**

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Jabłko

Obiad

Zupa z soczewicy na kielbasce z ziemniakamiSkładniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, kielbasa głogowska, **seler** korzeniowy, soczewica czerwona, nasiona suche, cebula, Śmietana 18% (**mleko**), por, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, papryka słodka, sól biała, tymianek**Pyzy z mięsem**Składniki: pyzy z mięsem (**pszenica**, **jajka**), cebula, olej rzepakowy**Surówka z kapusty kiszonej z marchewką**

Składniki: kapusta kiszona, marchew, cebula, olej rzepakowy, cukier

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Koktajl truskawka-jagoda na maślanec (wyrób własny)Składniki: maślanca 1,5 % (**mleko**), truskawki, mrożone, czarne jagody, mrożone**Biszkopty (pszenica, jajka, mleko)**

Energia: 943 kcal

📅 11.06.2024 **Wtorek**

I Śniadanie

Chleb orkiszowy**Masło ekstra (mleko)****Dżem truskawkowy, niskosłodzony****Kasza manna na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kasza manna (**pszenica**)

II Śniadanie

Woda**Marchewka súpki**

Składniki: marchew

Obiad

Zupa cebulowa z makaronemSkładniki: woda, cebula, marchew, pietruszka, korzeń, mięso z podudzia indyka, bez skóry, makaron ryżowy, **seler** korzeniowy, Śmietana 12% (**mleko**), koperek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól biała**Paluszki rybne smażone**Składniki: paluszki **rybne** mrożone (**pszenica**, **ryba**), olej rzepakowy**Ziemniaki, młode****Ogórek kiszony súpki****Kompot porzeczkowy**

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone, cukier

Podwieczorek

Pączek (pszenica, jajka, mleko)**Herbata owocowa**

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Energia: 958 kcal

📅 12.06.2024 **Sroda**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni**Masło ekstra (mleko)****Ser gouda tłusty (mleko)****Jajko gotowane**Składniki: **jaja** kurze całe**Ogórek gruntowy****Szczypiorek****Kawa zbożowa na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

II Śniadanie

Arbuz

Obiad

Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakamiSkładniki: woda, ziemniaki, kapusta kiszona, kielbasa głogowska, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, cebula, czosnek, koperek, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, koncentrat pomidorowy, 30%, sól biała**Spaghetti bolognese z makaronem**Składniki: wieprzowina szynka surowa, makaron **pszenny** bezjajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, cebula, ziola prowansalskie, czosnek, pieprz, sól biała**Kompot wiśniowy**

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

Podwieczorek

Rogal maślany z masłemSkładniki: bułki i rogale **pszenne** maślane, masło ekstra (**mleko**)**Woda z cytryną i miodem**

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Energia: 1066 kcal

📅 13.06.2024 **Czwartek**

I Śniadanie

Chleb pszenno- żytni wiejski**Masło ekstra (mleko)****Szynka wiejska****Pomidor****Papryka czerwona****Kawa zbożowa na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

II Śniadanie

Banan

Obiad

Zupa jarzynowaSkładniki: woda, ziemniaki, mięso z podudzia indyka, bez skóry, marchew, pietruszka, korzeń, Śmietana 18% (**mleko**), koperek, **seler** korzeniowy, por, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała**Ryż tajony z koktajlem truskawkowym**Składniki: truskawki, mrożone, ryż biały, woda, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cukier, cynamon**Zupa jarzynowa**Składniki: woda, ziemniaki, mięso z podudzia indyka, bez skóry, marchew, pietruszka, korzeń, Śmietana 18% (**mleko**), koperek, **seler** korzeniowy, por, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała**Kompot jabłkowy**

Składniki: woda, jabłko

Podwieczorek

Serek homogenizowany waniliowy (mleko)

Energia: 1028 kcal

📅 14.06.2024 **Piątek**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni**Masło ekstra (mleko)****Pasta z makreli w sosie pomidorowym**Składniki: filet z **makreli** w sosie pomidorowym, ogórek kiszony, **jaja** kurze całe, szczypiorek, masło ekstra (**mleko**)**Herbata z cytryną**

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Truskawki

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżemSkładniki: woda, mięso z podudzia indyka, bez skóry, ryż biały, koncentrat pomidorowy, 30%, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, marchew, natka pietruszki, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała**Makaron świderki z serem białym**Składniki: ser twarogowy półtłusty (**mleko**), makaron **pszenny** bezjajeczny, masło ekstra (**mleko**), cukier**Kompot jabłkowo- agrestowy**

Składniki: woda, jabłko, agrest, cukier

Podwieczorek

Mus owocowy**Paluch kukurydziany**

Energia: 907 kcal

UWAGA: Jadłospis może ulec zmianie