

📅 13.05.2024 **Poniedziałek**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni wiejski**Masło ekstra (mleko)****Szynka wiejska****Salata lodowa****Pomidor****Szcypiorek****Herbata z cytryną**

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Jabłko

Obiad

Zupa koperkowa z ryżem na udźcu z indykaSkładniki: woda, ryż biały, koperek, marchew, mięso z podudzia indyka, bez skóry, pietruszka, korzeń, Śmietana 18% (**mleko**), **seler** korzeniowy, por, masło ekstra (**mleko**), pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała**Kluski śląskie**Składniki: ziemniaki, skrobia ziemniaczana, **jaja** kurze całe, sól biała**Sos pieczarkowy**Składniki: pieczarki świeże, Śmietana 12% (**mleko**), cebula, mąka **pszenna**, typ 450, masło ekstra (**mleko**), pieprz, sól biała**Surówka z kapusty czerwonej**

Składniki: kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej rzepakowy, cytryna

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Serek homogenizowany**truskawkowy (mleko)****Biszkopty (pszenica, jajka, mleko)**

Energia: 954 kcal

📅 14.05.2024 **Wtorek**

I Śniadanie

Chałka z dżemem wiśniowymSkładniki: chałki **pszenne**, dżem wiśniowy, niskosłodzony, masło ekstra (**mleko**)**Zupa mleczna z makaronem ryżowym**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, makaron ryżowy

II Śniadanie

Woda**Ogórek zielony słupek**

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**Pierś z kurczaka a la strogonow**

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, papryka słodka, czosnek, pieprz, sól morską drobnziarnista

Kasza jęczmienna, perlowa, gotowana**Mini marchewki z masłem**Składniki: mini marchewki, masło ekstra (**mleko**)**Kompot gruszkowy**

Składniki: woda, gruszka

Podwieczorek

Drożdżówka z budyniem (pszenica, jajka, mleko)**Woda z cytryną i miodem**

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Energia: 963 kcal

📅 15.05.2024 **Środa**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni**Masło ekstra (mleko)****Ser edamski tłusty (mleko)****Ogórek zielony****Rzodkiewka****Herbata z cytryną**

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Gruszka

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, zioła prowansalskie, czosnek, pieprz, sól biała**Kompot porzeczkowy**

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone, cukier

Podwieczorek

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

Energia: 989 kcal

📅 16.05.2024 **Czwartek**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni wiejski**Masło ekstra (mleko)****Ser twarogowy**Składniki: ser twarogowy półtłusty (**mleko**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), miód pszczeli**Kakao**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

II Śniadanie

Banan**Marchewka słupek**

Składniki: marchew

Obiad

Zupa porowa z makaronem na udźcu indykiemSkładniki: woda, por, mięso z udźca indyka, bez skóry, makaron **pszenny** dwujajeczny, marchew, pietruszka, korzeń, Śmietana 18% (**mleko**), **seler** korzeniowy, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól biała**Kotlet z morszczuka**Składniki: **morszczuk** mrożony (**ryba**), bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, baton **pszenny**, cebula, pieprz cytrynowy (**jajka**, **soja**, **mleko**, **orzechy**, **seler**, **gorczyca**)**Puree ziemniaczane**Składniki: ziemniaki, masło ekstra (**mleko**), **mleko** krowie, 2% tłuszczu**Mizeria z jogurtem naturalnym**Składniki: ogórek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), Śmietana 12% (**mleko**)**Kompot jabłkowo-agrestowy**

Składniki: woda, jabłko, agrest, cukier

Podwieczorek

Koktajl truskawka-jagoda na maślanie (wyrób własny)Składniki: maślanka 1,5% (**mleko**), truskawki, mrożone, czarne jagody, mrożone

Energia: 927 kcal

📅 17.05.2024 **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, szcypiorek, masło ekstra (**mleko**)**Kawa zbożowa na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

II Śniadanie

Gruszka

Obiad

Zupa ogórkowa z ryżemSkładniki: woda, ogórek kiszony, mięso z podudzia indyka, bez skóry, ryż biały, marchew, Śmietana 12% (**mleko**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała**Pierogi z serem**Składniki: pierogi z białym serem (**pszenica**, **jajka**), masło ekstra (**mleko**)**Surówka z marchewki i brzoskwini**

Składniki: marchew, brzoskwinia w syropie, cytryna

Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko

Podwieczorek

Mus owocowy**Ciasteczka owsiane**

Energia: 1031 kcal

UWAGA: Jadłospis może ulec zmianie