

📅 15.07.2024 **Poniedziałek**

I Śniadanie

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

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Woda**Arbuz**

Obiad

Grochówka z ziemniakami

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

Makaron świderki z serem białymSkładniki: ser twarogowy półtłusty (**mleko**), makaron **pszenny** bezjajeczny, masło ekstra (**mleko**), cukier**Kompot gruszkowy**

Składniki: woda, gruszka

Podwieczorek

Mleko o smaku truskawkowym

Energia: 930 kcal

📅 16.07.2024 **Wtorek**

I Śniadanie

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

II Śniadanie

Woda**Marchewka mini**Składniki: mini marchewki, masło ekstra (**mleko**)

Obiad

Rosół na udźcu indyczym z makaronemSkładniki: woda, marchew, mięso z podudzia indyka, bez skóry, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, makaron **pszenny** bezjajeczny, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól biała**Potrąwka z udźca indyczego w sosie własnym**Składniki: mięso z podudzia indyka, bez skóry, marchew, cebula, pietruszka, korzeń, mąka **pszenna**, typ 450, natka pietruszki, papryka słodka**Kasza jęczmienna, pęczak****Fasolka szparagowa z wody, z masłem**Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, masło ekstra (**mleko**), bułka tarta (**pszenica**)**Kompot jabłkowy**

Składniki: woda, jabłko

Podwieczorek

Banan**Paluch kukurydziany**

Energia: 943 kcal

📅 17.07.2024 **Środa**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni**Masło ekstra (mleko)****Szynka z piersi kurczaka****Salata masłowa****Ogórek gruntowy****Rzodkiewka****Herbata z cytryną**

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Woda**Jabłko**

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżemSkładniki: woda, mięso z podudzia indyka, bez skóry, marchew, ryż biały, koncentrat pomidorowy, 30%, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała**Paluszki rybne smażone**Składniki: paluszki **rybne** mrożone (**pszenica**, **ryba**), olej rzepakowy**Puree ziemniaczane**Składniki: ziemniaki, masło ekstra (**mleko**), **mleko** krowie, 2% tłuszczu**Ogórek kiszony słupek****Kompot jabłkowo- agrestowy**

Składniki: woda, jabłko, agrest, cukier

Podwieczorek

Budyń czekoladowySkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, budyń czekoladowy (**mleko**), cukier

Energia: 883 kcal

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.📅 18.07.2024 **Czwartek**

I Śniadanie

Chleb orkiszowy**Masło ekstra (mleko)****Ser edamski tłusty (mleko)****Jajko gotowane**Składniki: **jaja** kurze całe**Papryka czerwona****Kawa zbożowa na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

II Śniadanie

Woda**Brzoskwinia**

Obiad

Barszcz czerwony z ziemniakamiSkładniki: woda, ziemniaki, burak, marchew, skrzydło indyka, Śmietana 18% (**mleko**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat barszczu czerwonego (**seler**), natka pietruszki, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, sól biała**Łazanki z kapustą kiszoną i kiełbasą**Składniki: kapusta kiszona, makaron **pszenny** bezjajeczny, cebula, kiełbasa głogowska, olej rzepakowy, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól morską drobnoziarnista**Kompot truskawkowy**

Składniki: woda, truskawki, mrożone, cukier

Podwieczorek

Arbuz

Energia: 909 kcal

📅 19.07.2024 **Piątek**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni**Masło ekstra (mleko)****Pasta z tuńczyka ze szczypiorkiem**Składniki: **tuńczyk** w sosie własnym (**ryba**), **jaja** kurze całe, ogórek kiszony, szczypiorek, masło ekstra (**mleko**)**Herbata z cytryną**

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Woda**Banan**

Obiad

Żurek z jajkiem na kielbasceSkładniki: woda, **jaja** kurze całe, marchew, kiełbasa głogowska, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, Śmietana 18% (**mleko**), natka pietruszki, czosnek, zakwas na żurek (**żyto**), majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz**Pyzy z mięsem**Składniki: pyzy z mięsem (**pszenica**, **jajka**), cebula, olej rzepakowy**Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką**

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

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Actimel (mleko)**Ciasteczka owsiane**

Energia: 909 kcal

UWAGA: Jadłospis może ulec zmianie