

📅 17.06.2024 **Poniedziałek**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni**Masło ekstra (mleko)****Szynka z piersi kurczaka****Salata masłowa****Ogórek zielony****Papryka czerwona****Kawa zbożowa na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

II Śniadanie

Arbuz**Marchewka słupek**

Składniki: marchew

Obiad

Zalewajka z kiełbasąSkładniki: woda, zakwas na żurek (**żyto**), ziemniaki, kiełbasa głogowska, cebula, Śmietana 12% (**mleko**), olej rzepakowy, czosnek, majeranek, sól biała**Pierogi z truskawką**Składniki: pierogi z truskawką (**pszenica**, **mleko**), masło ekstra (**mleko**)**Kompot jabłkowo- agrestowy**

Składniki: woda, jabłko, agrest, cukier

Podwieczorek

Bułka maślana z powidłami śliwkowymiSkładniki: bułka maślana (**pszenica**, **jajka**, **mleko**), powidła śliwkowe, masło ekstra (**mleko**)**Herbata owocowa**

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Energia: 939 kcal

📅 18.06.2024 **Wtorek**

I Śniadanie

Baton pszenny**Masło ekstra (mleko)****Jajko gotowane**Składniki: **jaja** kurze całe**Szczypiorek****Płatki kukurydziane na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane

II Śniadanie

Woda**Banan**

Obiad

Zupa pieczarkowa z makaronem na wywarze warzywnymSkładniki: woda, pieczarki świeże, makaron **pszenny** bezjajeczny, marchew, masło ekstra (**mleko**), Śmietana 18% (**mleko**), pietruszka, korzeń, por, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól biała**Pałka z kurczaka**

Składniki: podudzie z kurczaka ze skórą, papryka czerwona, sól morską drobnoziarnista, pieprz

Puree ziemniaczaneSkładniki: ziemniaki, masło ekstra (**mleko**), **mleko** krowie, 2% tłuszczu**Buraczki gotowane**

Składniki: burak, jabłko, olej rzepakowy, cebula, cytryna, pieprz, sól biała

Kompot gruszkowy

Składniki: woda, gruszka

Podwieczorek

Kisiel z jabłkiem

Składniki: woda, jabłko, kisiel w proszku, cukier

Energia: 907 kcal

📅 19.06.2024 **Środa**

I Śniadanie

Chleb orkiszowy**Masło ekstra (mleko)****Pasta z makreli wędzonej ze szczypiorkiem**Składniki: **makreła** wędzona (**ryba**), **jaja** kurze całe, ogórek kiszony, szczypiorek, masło ekstra (**mleko**)**Herbata z cytryną**

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Brzoskwinia**Ogórek zielony**

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**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 owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Budyń malinowySkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, budyń malinowy (**pszenica**, **mleko**)

Energia: 910 kcal

📅 20.06.2024 **Czwartek**

I Śniadanie

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

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Truskawki

Obiad

Rosół na udźcu indyczym z makaronemSkładniki: woda, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, mięso z podudzia indyka, bez skóry, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, 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, gotowana****Mizeria z jogurtem naturalnym**Składniki: ogórek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), Śmietana 12% (**mleko**)**Kompot jabłkowy**

Składniki: woda, jabłko

Podwieczorek

Mleko o smaku waniliowym**Baton musli (pszenica, żyto, mleko, orzechy)**

Energia: 868 kcal

📅 21.06.2024 **Piątek**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni**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

Arbuz

Obiad

Krupnik z kaszą jęczmiennąSkładniki: woda, ziemniaki, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, marchew, kasza **jęczmienna**, perłowa, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, skrzydło indyka, natka pietruszki, masło ekstra (**mleko**), koperek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, 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 truskawkowy

Składniki: woda, truskawki, mrożone, cukier

Podwieczorek

Ciasto marchewkowe (wyrób własny)Składniki: marchew, mąka **pszenna**, typ 450, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, cukier**Woda z cytryną i miodem**

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Energia: 1017 kcal