

📅 19.08.2024 **Poniedziałek**

## I Śniadanie

**Chleb pszenno-żytni**  
**Masło ekstra (mleko)**  
**Szynka wiejska**  
**Pomidor**  
**Papryka czerwona**  
**Mleko**

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cukier

## II Śniadanie

**Woda**  
**Ogórek zielony słupki**  
**Obiad**

**Zupa ogórkowa z ziemniaki**Składniki: woda, ogórek kiszony, ziemniaki, mięso z podudzia indyka, bez skóry, marchew, Śmietana 12% (**mleko**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała**Naleśniki z dżemem wiśniowym**Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, dżem wiśniowy, niskosłodzony, mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, cukier z prawdziwą wanilią**Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

## Podwieczorek

**Kisiel z jabłkiem**

Składniki: woda, jabłko, kisiel w proszku, cukier

**Ciasteczka owsiane**

Energia: 884 kcal

📅 20.08.2024 **Wtorek**

## I Śniadanie

**Chleb orkiszowy**  
**Masło ekstra (mleko)**  
**Jajko gotowane**  
**Szczypiorek**  
**Płatki kukurydziane na mleku**

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

## II Śniadanie

**Woda**  
**Arbuz**  
**Obiad**

**Zupa porowa z makaronem na udźcu indyczym**Składniki: 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**Gołąbki bez zawijania z szynki wieprzowej w sosie pomidorowym**Składniki: wieprzowina szynka surowa, woda, **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), kapusta włoska, koncentrat pomidorowy, 30%, ryż biały**Ziemniaki, młode****Ogórek kiszony słupki****Kompot gruszkowy**

Składniki: woda, gruszka

## Podwieczorek

**Chałka z masłem**Składniki: chałka **pszenne**, masło ekstra (**mleko**)**Woda z cytryną i miodem**

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Energia: 870 kcal

📅 21.08.2024 **Środa**

## I Śniadanie

**Chleb pszenno-żytni**  
**Masło ekstra (mleko)**  
**Pasta z makreli wędzonej ze szczypiorkiem**  
**Herbata z cytryną**

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

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

## II Śniadanie

**Woda**  
**Brzoskwinia**  
**Obiad**

**Zupa z soczewicy na kielbasce z ziemniakami**Składniki: 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**Gulasz z indyka w sosie własnym**Składniki: mięso z podudzia indyka, bez skóry, woda, cebula, mąka **pszenna**, typ 450, olej rzepakowy, pieprz, sól biała, czosnek**Kasza jęczmienna, perłowa****Fasolka szparagowa z wody, z masłem**Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, masło ekstra (**mleko**), bułka tarta (**pszenica**)**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: 936 kcal

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.📅 22.08.2024 **Czwartek**

## I Śniadanie

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

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

## II Śniadanie

**Woda**  
**Jabłko**  
**Obiad**

**Żurek z jajkiem na kielbasce**Składniki: woda, **jaja** kurze całe, marchew, kielbasa głogowska, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, Śmietana 18% (**mleko**), natka pietruszki, czosnek, zakwas na żurek (**żyto**), majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz**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, **mleko** krowie, 2% tłuszczu**Surówka z białej kapusty, marchewki i koperku**

Składniki: kapusta biała, marchew, koperek, olej rzepakowy

**Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

## Podwieczorek

**Actimel (mleko)**

Energia: 912 kcal

📅 23.08.2024 **Piątek**

## I Śniadanie

**Chleb pszenno-żytni**  
**Masło ekstra (mleko)**  
**Ser twarogowy**  
**Kakao**

Składniki: ser twarogowy półtłusty (**mleko**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), miód pszczeliSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

## II Śniadanie

**Woda**  
**Gruszka**  
**Obiad**

**Zupa koperkowa z ryżem na udźcu z indyka**Składniki: 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**Kopytka**Składniki: ziemniaki, późne, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, skrobia ziemniaczana**Surówka z kapusty kiszonej z marchewką**

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

**Kompot truskawkowy**

Składniki: woda, truskawki, mrożone, cukier

## Podwieczorek

**Baton musli (pszenica, żyto, mleko, orzechy)**

Energia: 888 kcal

UWAGA: Jadłospis może ulec zmianie