

📅 **20.05.2024** **Poniedziałek****I Śniadanie****Chleb pszenno-żytni****Masło ekstra (mleko)****Ser gouda tłusty (mleko)****Jajko gotowane**Składniki: **jaja** kurze całe**Ogórek zielony****Rzodkiewka****Mleko krowie, 2% tłuszczu****II Śniadanie****Jabłko****Marchewka słupek**

Składniki: marchew

Obiad**Zalewajka z kiełbasą**Składniki: woda, zakwas na żurek (**żyto**), ziemniaki, kiełbasa głogowska, cebula, Śmietana 12% (**mleko**), olej rzepakowy, czosnek, majeranek, sól biała**Racuchy z jabłkiem**Składniki: maślanka 1,5% (**mleko**), mąka **pszenna**, typ 450, jabłko, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, proszek do pieczenia (**pszenica**, **mleko**)**Kompot gruszkowy**

Składniki: woda, gruszka

Podwieczorek**Banan**

Energia: 970 kcal

📅 **21.05.2024** **Wtorek****I Śniadanie****Chleb pszenno-żytni wiejski****Masło ekstra (mleko)****Papryka czerwona****Ogórek zielony****Kulki zbożowe na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kulki zbożowe czekoladowe (**pszenica**, **mleko**, **orzechy**)**II Śniadanie****Herbata malinowa****Gruszka****Obiad****Zupa cebulowa z makaronem**Składniki: 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**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, gotowane w wodzie****Ogórek kiszony słupek****Kompot jabłkowo- agrestowy**

Składniki: woda, jabłko, agrest, cukier

Podwieczorek**Baton musli (pszenica, żyto, mleko, orzechy)****Woda z cytryną i miodem**

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Energia: 894 kcal

📅 **22.05.2024** **Sroda****I Śniadanie****Chleb orkiszowy****Masło ekstra (mleko)****Szynka z piersi kurczaka****Salata masłowa****Pomidor****Szczypiorek****Kawa zbożowa na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)**II Śniadanie****Kiwi****Obiad****Zupa pomidorowa z ryżem**Składniki: 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**Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką**

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

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek**Baton pszenny z masłem**Składniki: baton **pszenny**, masło ekstra (**mleko**)**Sok marchwiowo-brzoskwińowo-jabłkowy 100%**

Energia: 1022 kcal

📅 **23.05.2024** **Czwartek****I Śniadanie****Chleb pszenno-żytni****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**Jabłko****Obiad****Grochówka z ziemniakami**

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

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

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone, cukier

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

Energia: 969 kcal

📅 **24.05.2024** **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****Banan****Obiad****Rosół na udźcu indyczym z makaronem**Składniki: woda, marchew, mięso z podudzia indyka, bez skóry, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, makaron **pszenny** bezglutenowy, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól biała**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, pęczak, gotowana**Składniki: kapusta pekińska, marchew, koperek, olej rzepakowy, miód pszczeli, cytryna, musztarda (**gorczyca**)**Kompot truskawkowy**

Składniki: woda, truskawki, mrożone, cukier

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

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Energia: 925 kcal

UWAGA: Jadłospis może ulec zmianie