





Dzień Posiłek	 ŚNIADANIE I	 OBIAD
PONIEDZIAŁEK 03.03	Kanapki - chleb mieszany 50 g (mąka żytnia, mąka pszenna, drożdże, sól), - masło 7 g (z mleka /laktoza/), - Parówki SOKOLIKI 30 g (mięso 90% (w tym: mięso z kurczaka 85%, mięso cielęce 5%), skrobia ziemniaczana, sól, aromaty, przyprawy, ekstrakty przypraw), - pomidory 30 g, ogórek 20 g, papryka 20 g - kawa z mlekiem 250 ml	Zupa fasolowa 250 ml (woda, mięso wieprzowe 30g, fasola czerwona 40 g, marchew 30 g, kukurydza konserwowa 30g, seler 5g, pietruszka 7g, por 5g, pomidory 10g, sól, pieprz). Naleśniki z dżemem i z serem 160 g - naleśnik z dżemem (mąka pszenna 30 g, jaja 5 g, mleko /laktoza/ 10 g, dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g (truskawki (40 %), cukier, woda, substancja żelująca - pektyny, substancja zagęszczająca - guma guar, regulator kwasowości - kwas cytrynowy)), naleśnik z serem (mąka pszenna 30 g, jaja 5 g, mleko /laktoza/ 10 g, ser twaróg (z mleka), śmietana 5 g (z mleka /laktoza/), Kompot śliwkowy 200 ml Marchewki słupki do chrupania 60 g
WTOREK 04.03	Zupa mleczna 250 ml (mleko, makaron gwiazdki (mąka makaronowa pszenna, masa jajowa pasteryzowana 9,9%) Kanapki - chleb razowy ze słonecznikiem 30 g (mąka żytnia razowa (36,7 %), naturalny zakwas żytni (21%) (mąka żytnia, woda), woda, mąka żytnia (10,5%), mąka pszenna (10,5 %), drożdże, sól, słonecznik do posypki (1%)), - masło 5 g (z mleka /laktoza/), - plastry fileta drobiowego 20 g, (mięso drobiowe, sól, pieprz, zioła) (produkcja własna), - pomidory 30 g, ogórek 20 g, papryka 20 g Herbata czarna z cytryną i miodem 250 ml	Zupa jarzynowa 250ml (woda, porcje drobiowe rosółowe, ziemniaki 80 g, warzywa 100 g (marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, kalafior), przyprawy: sól, pieprz, śmietana 10 g (z mleka /laktoza/), Kotlet drobiowy 100 g z ziemniaki 100 g i surówką 120 g - ziemniaki 100 g, - kotlet drobiowy (mięso drobiowe, jaja, bułka tarta (mąka pszenna, drożdże, sól), sól, pieprz), - - surówka z białej kapusty 120 g (Biała kapusta, olej roślinny rzepakowy, cebula, sól, pieprz, cukier), Kompot truskawkowy 200 ml
ŚRODA 05.03	Kanapki - chleb żytni 50 g (zakwas naturalny (mąka żytnia, woda), woda, mąka żytnia, mieszanka do produkcji chleba „mix pełne żyto” 10,4% (mąka żytnia z pełnego przemiału, suchy zakwas żytni na bazie mąki z pełnego przemiału, sól, cukier), sól), - masło 7 g (z mleka /laktoza/), - ser gouda 15 g (mleko, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia) - kiełbasa krakowska 20 g (mięso wieprzowe z szynki, sól, przyprawy, acerola w proszku, aromaty naturalne,), - pomidory 30 g, ogórek 30 g, papryka 15 g, rzodkiewka 5g - kawa z mlekiem 250 ml	Zupa krupnik 250ml (Wywar z mięsa drobiowego, ziemniaki 30 g, kasza jęczmienna 30g, warzywa 70 g (marchewka, seler, pietruszka, por, cebula), sól, pieprz, pietruszka zielona, koperek) risotto 250 g (ryż 100 g, mięso drobiowe 60 g, warzywa 80 g (marchew, kalafior, por, brokuły, papryka, seler, pietruszka,), śmietana (z mleka) 10g), Kompot truskawkowy 200 ml
CZWARTEK 06.03	Zupa mleczna 250 ml (mleko, płatki kukurydziane (mąka kukurydziana, ekstrakt słodowy jęczmienny, cukier, sól, barwniki: karoteny, karmel) Kanapki - chleb mieszany 30 g (mąka żytnia, mąka pszenna, drożdże, sól), - masło 5 g (z mleka /laktoza/), - plastry fileta drobiowego 20 g, (mięso drobiowe, sól, pieprz, zioła) (produkcja własna), - pomidory 30 g, ogórek 30 g, papryka 25 g, Herbata owocowa z miodem 250 ml	Zupa barszcz biały 250ml (Biała kiełbasa, zakwas w płynie (woda, mąka żytnia, cukier, przyprawy), śmietana 30% (z mleka), majeranek czosnek, chrzan, jaja, ziemniaki, por, pietruszka, seler, marchew, sól, pieprz) - gołąbki w sosie pomidorowym 240 g (mięso wieprzowe 80 g, ryż 100g, biała kapusta, cebula, sól, pieprz, majeranek, sos pomidorowy: (przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana (z mleka), pieprz, sól)), - ziemniaki 100 g Kompot truskawkowy 200 ml Jabłko 80 g
PIĄTEK 07.03	Kanapki - bułka pszenna 50 g (Mąka pszenna typ 450, woda, sól, drożdże, może zawierać: sezam, mleko, orzechy, soję), - masło 5 g (z mleka /laktoza/), - pasta jajeczna 30 g, (Jaja, szczypior, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, gorczyca, cukier, sól przyprawy), woda, żółtka jaj kurzych (7,0 %)), sól, pieprz), - pomidory 30 g, ogórek 30 g, papryka 25 g, Herbata z mlekiem 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 250 ml (woda, porcje drobiowe rosółowe, pomidory 40 g, warzywa 60 g (marchew, seler, por), zioła, sól, pieprz, śmietana 10 g (z mleka /laktoza/, makaron (mąka pszenna, jaja)), - Filet rybny 100g z ziemniakami 100g i surówką 120g - filet rybny (ryba (filet), sól, pieprz, przyprawy), - Ziemniaki - surówka marchew z groszkiem 120 g (marchew 40 g, groszek zielony 80g), Kompot jabłkowy 200 ml

Dzieci dodatkowo codziennie piją wodę mineralną niegazowaną.

Do przygotowania potraw używamy tylko sól o obniżonej zawartości sodu.

składniki powodujące alergię lub reakcje nietolerancji oznaczono pogrubioną czcionką



JADŁOSPIS 10.03 - 14.03.2025r.

Dzień Posilek	ŚNIADANIE I 	 OBIAD
PONIEDZIAŁEK 10.03	<p>Kanapki</p> <ul style="list-style-type: none"> - chleb mieszany 50 g (mąka żytnia, mąka pszenna, drożdże, sól), - masło 7 g (z mleka /laktoza/), - twaróg z rzodkiewką 35 g, <p>(ser twarogowy (z mleka) 20 g, jogurt naturalny 10 g (z mleka), rzodkiewka 5g),</p> <ul style="list-style-type: none"> - pomidory 30 g, ogórek 20 g, papryka 30 g - kawa z mlekiem 250 ml (kawa (jęczmień, żyto)), 	<p>Zupa grochowa 250ml (woda, mięso drobiowe wędzone 40 g, ziemniaki 60g, groch 40 g, marchew 20g, pietruszka 15g, cebula 3g, seler 5g, przyprawy: sól, pieprz, przyprawy),</p> <p>Makaron z serem na słodko 210 g makaron (100g) (mąka pszenna, jaja), ser twarogowy (80g) /z mleka/; masło (15g) /z mleka/, cukier (10g),</p> <p>Kompot truskawkowy 200 ml</p> <p>Jabłko 80 g</p>
WTOREK 11.03	<p>Zupa mleczna 250 ml (mleko, makaron gwiazdki (mąka makaronowa pszenna, masa jajowa pasteryzowana 9,9%)</p> <p>Kanapki</p> <ul style="list-style-type: none"> - chleb razowy ze słonecznikiem 30 g (mąka żytnia razowa (36,7 %), naturalny zakwas żytni (21%) (mąka żytnia, woda), woda, mąka żytnia (10,5%), mąka pszenna (10,5 %), drożdże, sól, słonecznik do posypki (1%)), - masło 5 g (z mleka /laktoza/), - plastry fileta drobiowego 20 g, <p>(mięso drobiowe, sól, pieprz, zioła) (produkcja własna),</p> <ul style="list-style-type: none"> - pomidory 30 g, ogórek 20 g, papryka 30 g Herbata czarna z cytryną i miodem 250 ml 	<p>Zupa warzywna 250ml (woda, porcje drobiowe rosółowe, ziemniaki 80 g, warzywa 100 g (marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, kalafior), przyprawy: sól, pieprz, śmietana 10 g (z mleka /laktoza/),</p> <p>filet z kurczaka w sosie 100 g z kaszą jęczmienną 100 g i surówką 100 g</p> <ul style="list-style-type: none"> - mięso drobiowe filet z kurczaka 60 g, sól, pieprz, śmietana 10 g (z mleka /laktoza/, mąka pszenna, - kasza jęczmienna 100 g, - surówka marchew z groszkiem i fasolką 120 g (marchew 40 g, groszek zielony 40g, fasolka szparagowa 40g), <p>Kompot truskawkowy 200 ml</p>
ŚRODA 12.03	<p>Kanapki</p> <ul style="list-style-type: none"> - chleb żytni 50 g (zakwas naturalny (mąka żytnia, woda), woda, mąka żytnia, mieszanka do produkcji chleba „mix pełne żyto” 10,4% (mąka żytnia z pełnego przemiału, suchy zakwas żytni na bazie mąki z pełnego przemiału, sól, cukier), sól), - masło 7 g (z mleka /laktoza/), - ser gouda 15 g (mleko, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia) - kiełbasa krakowska 20 g (mięso wieprzowe z szynki, sól, przyprawy, acerola w proszku, aromaty naturalne), - pomidory 30 g, ogórek 30 g, papryka 15 g, rzodkiewka 5g - kawa z mlekiem 250 ml (kawa (jęczmień, żyto)), 	<p>Zupa ogórkowa 250 ml (woda, porcje drobiowe rosółowe, ziemniaki 50 g, warzywa 70 g (marchew, seler, por), ogórek kiszony 20 g, zioła, sól, pieprz, śmietana 10 g (z mleka /laktoza/),</p> <p>Kotlet drobiowy 100 g z ziemniaki 100 g i surówką 120 g</p> <ul style="list-style-type: none"> - ziemniaki 100 g, - kotlet drobiowy (mięso drobiowe, jaja, bułka tarta (mąka pszenna, drożdże, sól), sól, pieprz,) - surówka z kapusty pekińskiej 120 g (kapusta pekińska, olej roślinny rzepakowy, por, sól, pieprz, cukier), <p>Kompot truskawkowy 200 ml</p>
CZWARTEK 13.03	<p>Zupa mleczna 250 ml (mleko, płatki kukurydziane (mąka kukurydziana, ekstrakt słodowy jęczmienny, cukier, sól, barwniki: karoteny, karmel)</p> <p>Kanapki</p> <ul style="list-style-type: none"> - chleb mieszany 30 g (mąka żytnia, mąka pszenna, drożdże, sól), - masło 5 g (z mleka /laktoza/), - plastry fileta drobiowego 20 g, <p>(mięso drobiowe, sól, pieprz, zioła) (produkcja własna),</p> <ul style="list-style-type: none"> - pomidory 20 g, ogórek 30 g, papryka 30 g, Herbata owocowa z miodem 250 ml 	<p>Zupa czosnkowa 250 ml (woda, porcje drobiowe rosółowe, ziemniaki 50 g, warzywa 70 g (marchew, pietruszka, seler, por), serek mascarpone (z mleka) 20 g, czosnek 5g, zioła, sól, pieprz, śmietana 10 g (z mleka /laktoza/),</p> <p>Łazanki 220 g (makaron 100 g (mąka pszenna, jaja), kapusta biała 60 g, kiełbasa krakowska 60 g (mięso wieprzowe z szynki, sól, przyprawy, acerola w proszku, aromaty naturalne), pietruszka, koperek, sól, pieprz,</p> <p>Kompot truskawkowy 200 ml</p> <p>Jabłko 80 g</p>
PIĄTEK 14.03	<p>Kanapki</p> <ul style="list-style-type: none"> - bułka pszenna 50 g (Mąka pszenna typ 450, woda, sól, drożdże, może zawierać: sezam, mleko, orzechy, soję), - masło 5 g (z mleka /laktoza/), - pasta rybna z makreli 80 g, (tuńczyk (ryba), Jaja, szczypior), - pomidory 30 g, ogórek 20 g, papryka 30 g Herbata z mlekiem 250 ml 	<p>Rosół z makaronem 250ml (Wywar z mięsa drobiowego, warzywa 70 g (marchewka, seler, pietruszka, por, cebula), sól, pieprz, pietruszka zielona, koperek, makaron 70 g (mąka pszenna, jaja)</p> <ul style="list-style-type: none"> - pierogi ruskie 240 g ze śmietaną 10g lub cebulką (mąka pszenna, jaja, woda, ziemniaki, twaróg (z mleka), cebula, śmietana 30% 10g (z mleka /laktoza/), sól, pieprz,), <p>Kompot truskawkowy 200 ml</p> <p>Jabłko 80 g</p>

**Dzieci dodatkowo codziennie piją wodę mineralną niegazowaną.
Do przyprawiania potraw używamy tylko sól o obniżonej zawartości sodu.**

składniki powodujące alergie lub reakcje nietolerancji oznaczono pogrubioną czcionką



JADŁOSPIS ... 17.03-21.03.2025r.

Dzień Posilek	ŚNIADANIE I 	OBIAD 
PONIEDZIAŁEK 17.03	<p>Kanapki</p> <ul style="list-style-type: none"> - chleb mieszany 50 g (mąka żytnia, mąka pszenna, drożdże, sól), - masło 7 g (z mleka /laktoza/), - twaróg ze szczypiorkiem 30 g, <p>(ser twarogowy (z mleka) 20 g, śmietana 15 g (z mleka), szczypiorek),</p> <ul style="list-style-type: none"> - ser gouda 15 g (mleko, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia) - pomidory 30 g, ogórek 30 g, sałata zielona 5g, papryka 30 g, - kawa z mlekiem 250 ml (kawa (jęczmień, żyto)), 	<p>Zupa barszcz biały 250ml (Biała kiełbasa, zakwas w płynie (woda, mąka żytnia, cukier, przyprawy), śmietana 30% (z mleka), majeranek czosnek, chrzan, jaja, ziemniaki, por, pietruszka, seler, marchew, sól, pieprz)</p> <p>spaghetti 220 g makaron 130 g (mąka pszenna, jaja), mięso wieprzowe 120 g, warzywa 70 g (marchew, pietruszka, cebula, seler), koncentrat pomidorowy 20 g (pomidory), ser twardy (z mleka), sól, pieprz, przyprawy,</p> <p>Kompot śliwkowy 200 ml Marchewki słupki do chrupania 60 g</p>
WTOREK 18.03	<p>Zupa mleczna 250 ml (mleko, płatki owsiane)</p> <p>Kanapki</p> <ul style="list-style-type: none"> - chleb graham 30 g (mąka pszenna graham (61%), woda, mąka pszenna (7%), drożdże, sól), - masło 5 g (z mleka /laktoza/), - Ser mozzarella 20 g, (z mleka) - szyneczka drobiowa 30 g (mięso drobiowe z kurczaka (90%), skrobia ziemniaczana, sól, aromaty, przyprawy, ekstrakty przypraw) - pomidory 30 g, ogórek 30 g, sałata 5g, papryka 30 g, Herbata owocowa z miodem 250 ml, 	<p>Zupa szczawiowa z jajkiem 250 ml (woda, porcje drobiowe rosółowe, ziemniaki 50 g, warzywa 70 g (marchew, pietruszka, seler, por), jajko 30 g, szczaw 20 g, zioła, sól, pieprz, śmietana 10 g (z mleka /laktoza/),</p> <ul style="list-style-type: none"> - pulpeciki wieprzowe w sosie pieczeniowym 120 g (pulpeciki: mięso wieprzowe, jaja, bułka tarta (mąka pszenna, drożdże, sól), cebula, czosnek, papryka, pieprz, sól; sos: mąka pszenna, cebula, sól, pieprz) - kasza jęczmienna 60 g - surówka z buraków 120 g (buraki, cebula, sok cytrynowy, cukier, sól, pieprz, olej roślinny słonecznikowy), <p>Kompot truskawkowy 200 ml</p>
ŚRODA 19.03	<p>Kanapki</p> <ul style="list-style-type: none"> - chleb żytni 50 g (zakwas naturalny (mąka żytnia, woda), woda, mąka żytnia, mieszanka do produkcji chleba „mix pełne żyto” 10,4% (mąka żytnia z pełnego przemiału, suchy zakwas żytni na bazie mąki z pełnego przemiału, sól, cukier), sól), - masło 7 g (z mleka /laktoza/), - ser gouda 15 g (mleko, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia) - kiełbasa krakowska 20 g (mięso wieprzowe z szynki, sól, przyprawy, acerola w proszku, aromaty naturalne), - pomidory 30 g, ogórek 30 g, papryka 30 g, rzodkiewka 5g - kawa z mlekiem 250 ml (kawa (jęczmień, żyto)), 	<p>Zupa krem z białych warzyw 250ml (woda, porcje drobiowe rosółowe, ziemniaki 70g, pietruszka 20g, kalafior 40g, seler 5g, por 5g, cebula 5g, czosnek, masło (z mleka), sól, pieprz, olej roślinny rzepakowy, sól, pieprz),</p> <p>Grzanki 20 g (mąka żytnia, mąka pszenna, drożdże, sól),</p> <ul style="list-style-type: none"> - pieczone udko z kurczaka 120 g (mięso drobiowe, papryka, pieprz, sól); - ziemniaki 100 g - surówka z kapusty pekińskiej 120 g (kapusta pekińska, olej roślinny rzepakowy, cebula, sól, pieprz, cukier), <p>Kompot truskawkowy 200 ml</p>
CZWARTEK 20.03	<p>Zupa mleczna 250 ml (mleko, kasza manna (z pszenicy))</p> <p>Kanapki</p> <ul style="list-style-type: none"> - chleb mieszany 30 g (mąka żytnia, mąka pszenna, drożdże, sól), - masło 5 g (z mleka /laktoza/), - plastry fileta drobiowego 20 g, (mięso drobiowe, sól, pieprz, zioła) (produkcja własna), - ser gouda 15 g (mleko, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia) - pomidory 30 g, ogórek 30 g, rzodkiewka 10g, sałata 10g, Herbata czarna z cytryną i miodem 250 ml 	<p>Zupa barszcz czerwony 250ml (Mięso drobiowe na wywar, ziemniaki 50 g, buraki 40 g, warzywa 50 g (marchew, pietruszka, seler, fasola, por, cebula), czosnek, majeranek, cytryna, sól, pieprz, śmietana 30% 10g (z mleka /laktoza/), pieprz ziołowy, pieprz czarny)</p> <p>Łazanki 220 g (makaron 100 g (mąka pszenna, jaja), kapusta biała 60 g kiełbasa krakowska 60 g (mięso wieprzowe z szynki, sól, przyprawy, acerola w proszku, aromaty naturalne), pietruszka, koperek, sól, pieprz,</p> <p>Kompot truskawkowy 200 ml Jabłko 80 g</p>
PIĄTEK 21.03	<p>Kanapki</p> <ul style="list-style-type: none"> - bułka pszenna 50 g (Mąka pszenna typ 450, woda, sól, drożdże, może zawierać: sezam, mleko, orzechy, soję), - masło 5 g (z mleka /laktoza/), - pasta rybna z tuńczyka 80 g, (tuńczyk (ryba), jaja, szczypiorek), - pomidory 30 g, ogórek 30 g, papryka 20 g, Herbata z mlekiem 250 ml, 	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 250 ml (woda, porcje drobiowe rosółowe, pomidory 40 g, warzywa 60 g (marchew, seler, por), zioła, sól, pieprz, śmietana 10 g (z mleka /laktoza/, ryż 70 g,</p> <p>Makaron (150g) z musem truskawkowym (100g) - makaron (mąka pszenna jaja, truskawki 100g, cukier),</p> <p>Kompot truskawkowy 200 ml</p>

Dzieci dodatkowo codziennie piją wodę mineralną niegazowaną.
Do przyprawiania potraw używamy tylko sól o obniżonej zawartości sodu.

składniki powodujące alergie lub reakcje nietolerancji oznaczono pogrubioną czcionką

JADŁOSPIS ..24.03-28.03 2025r.

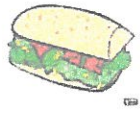

Dzień Postępek	 ŚNIADANIE I	 OBIAD
PONIEDZIAŁEK ..24.03	Kanapki - chleb mieszany 50 g (mąka żytnia, mąka pszenna, drożdże, sól), - masło 7 g (z mleka /laktoza/), - twarożek ze śmietaną i szczypiorkiem 30 g, (ser twarogowy (z mleka) 20 g, jogurt naturalny 15 g (z mleka), szczypiorek), - pomidory 30 g, ogórek 20 g, papryka 20 g - kawa z mlekiem 250 ml	Zupa grochowa 250ml (woda, mięso drobiowe wędzone 40 g, kiełbasa śląska 30g, ziemniaki 60g, groch 40 g, marchew 20g, pietruszka 15g, cebula 3g, seler 5g, przyprawy: sól, pieprz, przyprawy), - hamburger 230 g (produkcja własna) - bułka pszenna 50 g (Mąka pszenna typ 450, woda, sól, drożdże, może zawierać: sezam, mleko, orzechy, soję), - kotlet mielony 100 g (mięso wieprzowe, jaja, bułka tarta (mąka pszenna, drożdże, sól), cebula, czosnek, papryka, pieprz, sól; czosnek, ziola, papryka), sałata 20g, ogórek konserwowy 20g (zawiera gorczycę), ogórek zielony 20g, papryka 15 g, cebula 5g, ketchup (przecier pomidorowy 62%, cukier, ocet spirytusowy, sól, skrobia kukurydziana modyfikowana, aromat naturalny), majonez (olej rzepakowy, żółtko jaja 6,0 %, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (sól wapniowo-disodowa EDTA), regulator kwasowości (kwas cytrynowy)), Kompot śliwkowy 200 ml
WTOREK ..25.03	Zupa mleczna 250 ml (mleko, makaron gwiazdki (mąka makaronowa pszenna, masa jajowa pasteryzowana 9,9%) Kanapki - chleb razowy ze słonecznikiem 30 g (mąka żytnia razowa (36,7 %), naturalny zakwas żytni (21%) (mąka żytnia, woda), woda, mąka żytnia (10,5%), mąka pszenna (10,5 %), drożdże, sól, słonecznik do posyпки (1%)), - masło 5 g (z mleka /laktoza/), - plastry fileta drobiowego 20 g, (mięso drobiowe, sól, pieprz, ziola) (produkcja własna), - pomidory 30 g, ogórek 20 g, papryka 20 g Herbata czarna z cytryną i miodem 250 ml	Zupa jarzynowa 250ml (woda, porcje drobiowe rosółowe, ziemniaki 80 g, warzywa 100 g (marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, kalafior), przyprawy: sól, pieprz, śmietana 10 g (z mleka /laktoza/), Kotlet drobiowy 100 g z ziemniaki 100 g i surówką 120 g - ziemniaki 100 g, - kotlet drobiowy (mięso drobiowe, jaja, bułka tarta (mąka pszenna, drożdże, sól), sól, pieprz), - - surówka z białej kapusty 120 g (Biała kapusta, olej roślinny rzepakowy, cebula, sól, pieprz, cukier), Kompot truskawkowy 200 ml
ŚRODA ..26.03	Kanapki - chleb żytni 50 g (zakwas naturalny (mąka żytnia, woda), woda, mąka żytnia, mieszkanka do produkcji chleba „mix pełne żyto” 10,4% (mąka żytnia z pełnego przemiału, suchy zakwas żytni na bazie mąki z pełnego przemiału, sól, cukier), sól), - masło 7 g (z mleka /laktoza/), - ser gouda 15 g (mleko, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia) - kiełbasa krakowska 20 g (mięso wieprzowe z szynki, sól, przyprawy, acerola w proszku, aromaty naturalne), -pomidory 30g,ogórek 30g,papryka 15g,rzodkiewka 5g - kawa z mlekiem 250 ml	Zupa krupnik 250ml (Wywar z mięsa drobiowego, ziemniaki 30 g, kasza jęczmienna 30g, warzywa 70 g (marchewka, seler, pietruszka, por, cebula), sól, pieprz, pietruszka zielona, koperek) risotto 250 g (ryż 100 g, mięso drobiowe 60 g, warzywa 80 g (marchew, kalafior, por, brokuły, papryka, seler, pietruszka,), śmietana (z mleka) 10g), Kompot truskawkowy 200 ml
CZWARTEK ..27.03	Zupa mleczna 250 ml (mleko, płatki kukurydziane (mąka kukurydziana, ekstrakt słodowy jęczmienny, cukier, sól, barwniki: karoteny, karmel) Kanapki - chleb mieszany 30 g (mąka żytnia, mąka pszenna, drożdże, sól), - masło 5 g (z mleka /laktoza/), - plastry fileta drobiowego 20 g, (mięso drobiowe, sól, pieprz, ziola) (produkcja własna), - pomidory 30 g, ogórek 30 g, papryka 25 g, Herbata owocowa z miodem 250 ml	Zupa barszcz biały 250ml (Biała kiełbasa, zakwas w płynie (woda, mąka żytnia, cukier, przyprawy), śmietana 30% (z mleka), majeranek czosnek, chrzan, jaja, ziemniaki, por, pietruszka, seler, marchew, sól, pieprz) - gołąbki w sosie pomidorowym 240 g (mięso wieprzowe 80 g, ryż 100g, biała kapusta, cebula, sól, pieprz, majeranek, sos pomidorowy: (przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana (z mleka), pieprz, sól)), - ziemniaki 100 g Kompot truskawkowy 200 ml, Jabłko 80 g
PIĄTEK ..28.03	Kanapki - bułka pszenna 50 g (Mąka pszenna typ 450, woda, sól, drożdże, może zawierać: sezam, mleko, orzechy, soję), - masło 5 g (z mleka /laktoza/), -pasta jajeczna 30g (Jaja, szczypior, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, gorczyca, cukier, sól przyprawy), woda, żółtka jaj kurzych (7,0 %)), sól, pieprz), - pomidory 30 g, ogórek 30 g, papryka 25 g, Herbata z mlekiem 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 250 ml (woda, porcje drobiowe rosółowe, pomidory 40 g, warzywa 60 g (marchew, seler, por), ziola, sól, pieprz, śmietana 10 g (z mleka /laktoza/), makaron (mąka pszenna, jaja), - Filet rybny 100g z ziemniakami 100g i surówką 120g - filet rybny (ryba (filet), sól, pieprz, przyprawy), - Ziemniaki - surówka marchew z groszkiem 120 g (marchew 40 g, groszek zielony 80g), Kompot jabłkowy 200 ml

Dzieci dodatkowo codziennie piją wodę mineralną niegazowaną.

Do przygotowania potraw używamy tylko sól o obniżonej zawartości sodu.

składniki powodujące alergie lub reakcje nietolerancji oznaczono pogrubioną czcionką

JADŁOSPIS21.03.2025

Dzień Posiłek	 ŚNIADANIE I	 OBIAD
PONIEDZIAŁEK 31.03.	Kanapki - chleb mieszany 50 g (mąka żytnia, mąka pszenna, drożdże, sól), - masło 7 g (z mleka /laktoza/), - twarożek ze szczypiorkiem 30 g, (ser twarogowy (z mleka) 20 g, śmietana 15 g (z mleka), szczypiorek), - ser gouda 15 g (mleko, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia) - pomidory 30 g, ogórek 30 g, sałata zielona 5g, papryka 30 g, - kawa z mlekiem 250 ml (kawa (jęczmień, żyto)).	Zupa ogórkowa 250 ml (woda, porcje drobiowe rosółowe, ziemniaki 50 g, warzywa 70 g (marchew, seler, por), ogórek kiszony 20 g, zioła, sól, pieprz, śmietana 10 g (z mleka /laktoza/), spaghetti 220 g makaron 130 g (mąka pszenna, jaja), mięso wieprzowe 120 g, warzywa 70 g (marchew, pietruszka, cebula, seler), koncentrat pomidorowy 20 g (pomidory), ser twardy (z mleka), sól, pieprz, przyprawy, Kompot śliwkowy 200 ml Marchewki słupki do chrupania 60 g