

PAŹDZIERNIK 01.10 - 03.10.2025r.

JADŁOSPIS

ŚRODA

01.10

ŚNIADANIE I



Parówki SOKOLIKI 30 g (mięso 90% (w tym: mięso z kurczaka 85%, mięso cielęce 5%), skrobia ziemniaczana, sól, aromaty, przyprawy, ekstrakty przypraw),
 Kanapki - chleb żytni 50 g (zakwas naturalny (mąka żytnia, woda), woda, mąka żytnia, mieszanka do produkcji chleba „mix pełne zyto” 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)
 - pomidory 30 g, ogórek 30 g, rzodkiewka 5g
 - kawa z mlekiem 250 ml

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,

filet z kurczaka w sosie 100 g z kopytkami 100 g i surówką 100 g

- mięso drobiowe filet z kurczaka 60 g, sól, pieprz, śmietana 10 g (z mleka /laktoza/, mąka pszenna,
 - kopytka 100 g (ziemniaki, mąka pszenna, jaja, sól)
 - surówka z buraków 120 g (buraki, cebula, sok cytrynowy, cukier, sól, pieprz, olej słonecznikowy),

Kompot truskawkowy 200 ml

CZWARTEK

02.10

Zupa mleczna 250 ml

(mleko, kasza manna (z pszenicy))

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),
 - ser gouda 15 g (mleko, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia)
 pomidory 30 g, ogórek 30 g, rzodkiewka 5g, sałata 20g,
 Herbata czarna z cytryną i miodem 250 ml

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)

Łazanki 220 g (makaron 100 g (mąka pszenna, jaja), kapus biała 80 g kielbasa krakowska 20 g (mięso wieprzowe z szynki, s przyprawy, acerola w proszku, aromaty naturalne). pietruszka koperek, sól, pieprz,

Kompot śliwkowy 200 ml

PIĄTEK

03.10

Kanapki

- bułka pszenna 50 g (Mąka pszenna typ 450, woda, sól, drożdże, może zawierać: sezam, mleko, orzechy, soję),
 - masło 5 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 30 g, papryka 25 g, rzodkiewka 5g
 Herbata z mlekiem 250 ml,

Zupa jarzyna z ryżem 250ml

(Mięso drobiowe na wywar, ziemniaki 50 g, kalafior 40 g, kapusta, warzywa 50 g (marchew, pietruszka, seler, por, cebula), czosnek, majeranek, cytryna, sól, pieprz, śmietana 30% 10g (z mleka /laktoza/), pieprz ziołowy, pieprz czarny)

R42

Makaron (150g) z musem truskawkowym (100g)

- makaron (mąka pszenna jaja, truskawki 100g, cukier),

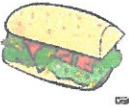
Kompot śliwkowy 200 ml

Dzień Posiłek	ŚNIADANIE I 	OBIAD 
PONIEDZIAŁEK 6.10.....	Kanapki - chleb mieszany 50 g (mąka żytnia, mąka pszenna, drożdże, sól), - masło 7 g (z mleka /laktoza/), - twaróg 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 meksykańska 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 7.10.....	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 8.10.....	Kanapki - chleb żytni 50 g (zakwas naturalny (mąka żytnia, woda), woda, mąka żytnia, mieszanina 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 9.10.....	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 10.10.....	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 przyprawiania potraw używamy tylko sól o obniżonej zawartości sodu.

składniki powodujące alergie lub reakcje nietolerancji oznaczono pogrubioną czcionką

Dzień Postłek	ŚNIADANIE I 	 OBIAD
PONIEDZIAŁEK 13. 10.	Kanapki - chleb mieszany 50 g (mąka żytnia, mąka pszenna, drożdże, sól), - masło 7 g (z mleka /laktoza/), - twaróg 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
WTOREK 14. 10.	Zupa mleczna 250 ml (mleko, płatki owsiane) Kanapki - 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,	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/), - 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), Kompot truskawkowy 200 ml
ŚRODA 15. 10.	Kanapki - chleb żytni 50 g (zakwas naturalny (mąka żytnia, woda), woda, mąka żytnia, mieszanina 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) - kielbasa 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)),	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), - 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), Kompot truskawkowy 200 ml
CZWARTEK 16. 10.	Zupa mleczna 250 ml (mleko, kasza manna (z pszenicy)) 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), - 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	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) Łazanki 220 g (makaron 100 g (mąka pszenna, jaja), kapusta biała 60 g kielbasa krakowska 60 g (mięso wieprzowe z szynki, sól, przyprawy, acerola w proszku, aromaty naturalne), pietruszka, koperek, sól, pieprz, Kompot truskawkowy 200 ml
PIĄTEK 17. 10.	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 rybna z tuńczyka 30 g, (tuńczyk (ryba), jaja, szczypior), - pomidory 30 g, ogórek 30 g, papryka 20 g, - Herbata z mlekiem 250 ml,	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, Kluski leniwe (150g) z musem truskawkowym (100g) - kluski leniwe (ser twarogowy 100 g (z mleka), mąka pszenna 45 g, jaja 5 g, truskawki 100g, cukier, Kompot śliwkowy 200 ml,

Dzieci dodatkowo codziennie piją wodę mineralną niegazowaną.

składniki powodujące alergie lub reakcje nietolerancji oznaczono pogrubioną czcionką

Dzień Posiłek	ŚNIADANIE 	OBIAD 
PONIEDZIAŁEK 20.10	Zupa mleczna 250 ml (mleko, płatki ryżowe) 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 20 g, ogórek 20 g, papryka 20 g Herbata czarna z cytryną i miodem 250 ml	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/), Gulasz 120 g z kaszą jęczmienną 100 g i surówką 100 g - kasza jęczmienna 100 g, - mięso wieprzowe 60 g, - warzywa 50 g (papryka czerwona, marchewka, cebula, por, pietruszka), sól, pieprz, - surówka z kapusty pekińskiej 120 g (kapusta pekińska, olej roślinny rzepakowy, cebula, sól, pieprz, cukier), Kompot jabłkowo-gruszkowy 200 ml
WTOREK 21.10	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/), - twaróg ze śmietaną i szczypiorkiem 30 g, (ser twarogowy (z mleka) 20 g, jogurt naturalny 15 g (z mleka), szczypiorek), - pomidory 30 g, - ogórek 30 g, - rzodkiewka 5g - kawa z mlekiem 250 ml	Zupa wiosenna z fasolką szparagową 250ml (woda, porcje drobiowe rosółowe, ziemniaki 80 g, warzywa 100 g (marchew, kapusta włoska, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, kawałki, fasolka szparagowa 40g, koper zielony), przyprawy: sól, pieprz, śmietana 10 g (z mleka /laktoza/), - ryż z jabłkami i cynamonem 200 g (ryż 120 g, jabłka 80g, cynamon, cukier wanilinowy), Kompot truskawkowy 200 ml
ŚRODA 22.10	Zupa mleczna 250 ml (mleko, płatki owsiane) Kanapki: - bułka pszenna 50 g (Mąka pszenna typ 450, woda, sól, drożdże, może zawierać: sezam, mleko, orzechy, soję), - masło 5 g (z mleka /laktoza/), - plastry szynki pieczonej 20 g, (mięso wieprzowe, sól, pieprz, zioła) (produkcja własna), - pomidory 30 g, ogórek kiszony 30 g, rzodkiewka 10g - papryka 15g, sałata zielona 5g, Herbata owocowa z miodem 250 ml,	Zupa barszcz ukraiński 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) - hot dog 190 g (produkcja własna) - bułka pszenna 50 g (Mąka pszenna typ 450, woda, sól, drożdże, może zawierać: sezam, mleko, orzechy, soję), Parówki SOKOLIKI 60 g (mięso 90% (w tym: mięso z kurczaka 85%, mięso cielęce 5%), skrobia ziemniaczana, sól, aromaty, przyprawy, ekstrakty przypraw), sałata 20g, ogórek konserwowy 20g (zawiera gorczycę), ogórek zielony 20g, papryka 15 g, cebula 5 g, 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 jabłkowy 200 ml
CZWARTEK 23.10	Kanapki:- chleb razowy ze słonecznikiem 50 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 7 g (z mleka /laktoza/), - pasta jajeczno-serowa 55 g, (jajko (25 g), ser gouda (20 g) (z mleka), ogórek kwaszony (5 g), jogurt naturalny 2% (5 g); przyprawy: pieprz, papryka słodka), - Ser gouda 20 g, (z mleka) - pomidory 30 g, ogórek 30 g, papryka 15 g, sałata zielona 5g, - kawa z mlekiem 250 ml	Zupa fasolowa 250ml (woda, porcje drobiowe rosółowe, ziemniaki 100g, fasolka szparagowa 40g, marchew 20g, pietruszka 15g, śmietana 10 g (z mleka), seier 5g, przyprawy: sól, pieprz, przyprawy), - placki ziemniaczane 200 g ze śmietaną 10g (ziemniaki, cebula, czosnek, jaja, sól, pieprz, olej roślinny rzepakowy, śmietana 30% 10g (z mleka /laktoza/), Kompot truskawkowy 200 ml Jabłko 80 g
PIĄTEK 24.10	Zupa mleczna 250 ml (mleko, kasza manna /pszenica/) Kanapki - chleb graham 30 g (mąka pszenna graham (61%), woda, mąka pszenna (7%), drożdże, sól), - masło 5 g (z mleka /laktoza/), - ser gouda 15 g (mleko, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia), - plastry szynki pieczonej 20 g, (mięso wieprzowe, sól, pieprz, zioła) (produkcja własna), - pomidory 30 g, ogórek 20 g, sałata zielona 10 g, szczypiorek, Herbata owocowa z miodem 250 ml	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) - ryba panierowana 120 g (Filety rybne - mintaj (ryba), jaja, bułka tarta (mąka pszenna, drożdże, sól), sól, pieprz, zioła), - Ziemniaki 100 g, - surówka z kiszonej kapusty 120 g (Kiszona kapusta, marchew, cebula, olej roślinny rzepakowy, cukier, jabłko) Kompot truskawkowy 200 ml

MAŁUCHY FILET K SOSIE + KOPIŁA + BURAKI

Dzieci dodatkowo codziennie piją wodę mineralną niegazowaną.
Do przyprawiania potraw używamy tylko sól o obniżonej zawartości sodu.
składniki powodujące alergię lub reakcje nietolerancji oznaczono pogrubioną czcionką

Dzień Posiłek	ŚNIADANIE I 	 OBIAD
PONIEDZIAŁEK 27. P. 10	Zupa mleczna 250 ml (mleko, płatki ryżowe) 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), - ser gouda 15 g (mleko, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia) - pomidory 30 g, ogórek 30 g, rzodkiewka 5g, sałata zielona 5g, Herbata czarna z cytryną i miodem 250 ml	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/), 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
WTOREK 28. W 10.	Kanapki - chleb żytni 50 g (zakwas naturalny (mąka żytnia, woda), woda, mąka żytnia, mieszanina 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/), - twaróg ze szczypiorkiem 30 g, (ser twarogowy (z mleka) 20 g, jogurt naturalny 15 g (z mleka), szczypiorek), - szyneczka drobiowa 30 g (mięso drobiowe z kurczaka (90%), skrobia ziemniaczana, sól, aromaty, przyprawy, ekstrakty przypraw) - pomidory 30 g, ogórek 30 g, sałata zielona 5g, - kawa z mlekiem 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem 250 ml (woda, porcje drobiowe rosółowe, ziemniaki 80 g, marchew 30 g, koper 7g, szczypiorek 7g, sól, pieprz, śmietana 10 g (z mleka /laktoza/), Gulasz wieprzowy 100 g z kaszą jęczmienną 100 g i surówką 120 g - kasza jęczmienna 100 g, - mięso wieprzowe 60 g, - warzywa 50 g (papryka czerwona, marchewka, cebula, por, pietruszka), sól, pieprz, - surówka marchew z groszkiem i fasolką 120 g (marchew 40 g, groszek zielony 40g, fasolka szparagowa 40g), Kompot truskawkowy 200 ml
ŚRODA 29. SR 10	Zupa mleczna 250 ml (mleko, Zacierka (mąka pszenna, masa jajowa pasteryzowana 5%, woda, przypawa kurkuma),) Kanapki - bułka pszenna 50 g (Mąka pszenna typ 450, woda, sól, drożdże, może zawierać: sezam, mleko, orzechy, soję), - masło 5 g (z mleka /laktoza/), - plastry fileta drobiowego 20 g, (mięso drobiowe, sól, pieprz, zioła) (produkcja własna), - pomidory 30 g, ogórek 30 g, rzodkiewka 10g, papryka 15g, sałata zielona, Herbata owocowa z miodem 250 ml,	Zupa krem z pieczarek z grzankami 250ml (woda, porcje drobiowe rosółowe, ziemniaki 60g, pieczarki 40g, marchew 20g, pietruszka 15g, cebula 3g, śmietana 10 g (z mleka), seler 5g, przyprawy: sól, pieprz, przyprawy), grzanki (mąka pszenna, woda, drożdże, sól) - pierogi polskie 240 g ((mąka pszenna, jaja, woda, ziemniaki, twaróg (z mleka), cebula, śmietana 30% 10g (z mleka /laktoza/), sól, pieprz), Kompot truskawkowy 200 ml jabłko 80 g
CZWARTEK 30. CZ 10	Kanapki - chleb razowy ze słonecznikiem 50 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 7 g (z mleka /laktoza/), - pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30 g, (Jaja, szczypiorek, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, gorczyca, cukier, sól przyprawy), woda, żółtka jaj kurzych (7,0 %)), sól, pieprz), - szyneczka drobiowa 30 g (mięso drobiowe z kurczaka (90%), skrobia ziemniaczana, sól, aromaty, przyprawy, ekstrakty przypraw) - pomidory 30 g, ogórek 30 g, papryka 15 g - kawa z mlekiem 250 ml,	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) Medaliony drobiowe z warzywami 120 g z ziemniaki 100 g i surówką 100 g - ziemniaki 100 g, - medaliony (mięso drobiowe filet z kurczaka 60 g, - warzywa 40 g (marchewka, cebula, por, cukinia, pietruszka, papryka czerwona), pieczarki 15 g, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, gorczyca, cukier, sól przyprawy), woda, żółtka jaj kurzych (7,0 %)), sól, pieprz), - surówka z sałaty 120 g (sałata zielona, ogórek, cebula, jogurt naturalny (z mleka), sól, pieprz), Kompot truskawkowy 200 ml
PIĄTEK 31. P. 10	Zupa mleczna 250 ml (mleko, płatki jęczmienne) Kanapki - 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) - plastry szynki pieczonej 20 g, (mięso wieprzowe, sól, pieprz, zioła) (produkcja własna), - pomidory 20 g, ogórek 20 g, papryka 20 g, szczypiorek, Herbata owocowa z miodem 250 ml,	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) Makaron z serem na słodko 210 g makaron (100g) (mąka pszenna, jaja), ser twarogowy (80g) /z mleka/; masło (15g) /z mleka/, cukier (10g), Kompot truskawkowy 200 ml Jabłko 80 g

**Dzieci dodatkowo codziennie piją wodę mineralną niegazowaną.
Do przyprawiania potraw używamy tylko sól o obniżonej zawartości sodu.
składniki powodujące alergię lub reakcje nietolerancji oznaczono pogrubioną czcionką**