



	Drugie śniadanie	Obiad	Podwieczerek
PONIEDZIAŁEK	<u>PASTA Z TUŃCZYKA:</u> Pieczewo graham wieloziarnisty (50g), tuńczyk (30g), jajko (20g), majonez (5g), ogórek kiszony (20g), warzywko: ogórek kiszony (20g), papryka czerwona (10g), pomidor (20g), rzodkiewka (10g), masło 82 % (2g), witaminka: marchewka w słupki. <u>HERBATA Z CYTRYNA:</u> Napar z czarnej herbaty, cytryna, miód. (do smaku) <u>KAWA ZBOŻOWA:</u> Mleko 2% (100g), kawa zbożowa (3g).	<u>ZALEWAJKA Z KIELBASA:</u> Włoszczyzna : seler (10g), marchew (20g), por (10g), pietruszka (10g), żurek (50g), kiełbasa (20g), ziemniaki (150g), przyprawy do smaku, śmietana 18% (5g). <u>PAROWCE Z MUSEM JOGURTOWO-TRUSKAWKOWYM:</u> Mąka (100g), mleko (30g), jajko (20g), drożdże, truskawki (40g), jogurt naturalny (40g), śmietana 18% (10g). <u>Kompot</u>	<i>Owoc-banan</i>
ALERGENY	<u>gluten, białko mleka krowiego, jajko, ryba</u>	<u>seler, gluten, jajko, białko mleka krowiego</u>	
WTOREK	<u>BULKA GRAHAM, SEREK KANAPKOWY-ŚMIETANKOWY:</u> Bułka graham (50g), serek kanapkowy (20g), masło 82 % (2g), warzywko: sałata, ogórek zielony (10g), papryka czerwona (10g), pomidor (20g), rzodkiewka (10g), masło 82 % (2g), porcja owocowa. <u>HERBATA OWOCOWA:</u> Napar z herbaty, miód (do smaku) <u>KAKAO:</u> Mleko 2% (100g), kakao (3g).	<u>ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM:</u> Włoszczyzna: marchew (20g), pietruszka (10g), seler (10g), wywar mięsny, koncentrat pomidorowy (10g), natka pietruszki (do smaku), makaron (30g), śmietna 18% (10g), przyprawy do smaku. <u>KOTLET SCHABOWY, ZIEMNIAKI, SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ:</u> Schab (100g), olej (10g), ziemniaki (300g), kapusta pekińska (100g), jabłko (20g), ogórek zielony (20g), koperek, majonez, jogurt naturalny (2g). <u>Woda z cytryną i pomarańczą</u>	<i>Sok owocowy</i>
ALERGENY	<u>gluten, białko mleka krowiego,</u>	<u>seler, gluten, jajko,</u>	
	<u>MUESLI, PŁATKI KUKURYDZIANE Z MLEKIEM, PIECZYWO Z MASŁEM I DŻEMEM:</u>	<u>KREM JARZYNOWY Z GROSZKIEM PTYSIOWYM:</u>	

ŚRODA	Mleko 2%(150g), muesli (30g), płatki kukurydziane (20g),pieczywo mieszane,masło 82 %(2g),dżem truskawkowy niskosłodzony, porcja owocowa.. <u>HERBATA Z CYTRYNA:</u> Napar z czarnej herbaty, cytryna, miód. (do smaku) <u>KAKAO:</u> Mleko 2% (100g), kakao (3g).	Włoszczyzna; marchew (20g), pietruszka (20g),seler (20g), wywar warzywny, natka pietruszki (do smaku), ziemniaki (150g), śmietna 18% (10g),groszek ptysiowy (20g),przyprawy do smaku. - <u>RYBA, ZIEMNIAKI, OGÓREK KISZONY:</u> Ryba (130g), olej (20g),mąka (10g), jajko (20g), cebula(10g), ziemniaki (200g), ogórek kiszony (80g). <u>Woda z cytryną i pomarańczą</u>	<i>Budyń waniliowy</i>
ALERGENY	<u>gluten,białko mleka krowiego,</u>	<u>seler,gluten,ryba,jajko,</u>	
CZWARTEK	<u>KANAPKI WIOSENNE Z JAJKIEM:</u> Pieczywo graham wieloziarnisty (50g), jajko (50g) warzywko: ogórek zielony (10g), pomidor(10g) ,sałata,ogórek kiszony (20g),papryka czerwona(10g),rzodkiewka(5g),masło 82 %(2g), porcja owocowa <u>HERBATA Z CYTRYNA:</u> Napar z czarnej herbaty, cytryna, miód. (do smaku) <u>KAWA ZBOŻOWA:</u> Mleko2% (100g), kawa zbożowa (3g).	<u>ZUPA KRÓLEWSKA Z ZIEMNIAKAMI:</u> Włoszczyzna: seler (10g), marchew (20g), por, (10g) pietruszk(10g),wywar warzywny, szpinak (30g),pieczarka(20g),ziemniaki (150g), śmietana 18%(5g), <u>SPAGHETTI BOLOGNESE Z BAZYLIĄ:</u> Makaron (80 g suchy), mięso wieprzowe(100g), , cebula(20g), przyprawy do smaku, ser żółty (20g),warzywa(30g). <u>Kompot</u>	<i>Owoc</i>
ALERGENY	<u>gluten,białko mleka krowiego,jajko</u>	<u>seler,gluten,</u>	
PIĄTEK	<u>KANAPKI Z WEDLINĄ I ŻÓŁTYM SEREM:</u> Pieczywo graham wieloziarnisty (50g), polędwica sopocka (20g), ser żółty (20g); warzywko: sałata , ogórek zielony (20g), papryka czerwona (20g),masło 82 %(2g), <u>HERBATA Z CYTRYNA:</u> Napar z czarnej herbaty, cytryna, miód. (do smaku) <u>KAWA ZBOŻOWA:</u>	<u>ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI I KOPERKIEM:</u> Włoszczyzna :seler (10g),marchew(20g), por (10g),pietruszka (10g), wywar warzywny, ogórek kiszony (50g), ziemniaki(100g), koperek (do smaku),śmietana 18%(5g). <u>WARZYWNE LECZO Z CIECIERZYCĄ Z BUŁKĄ GRAHAM :</u> Ciecierzyc(40g),papryka kolorowawona (50g),cebula i czosnek(10g), pomidory/passata(80g),cukinia (70g),przyprawy do smaku,bułka graham (50g),.	<i>Baton Raw banan-kakao</i>

	Mleko2% (100g), kawa zbożowa (3g).	<u>Woda z cytryną i pomarańczą</u>	
ALERGENY	<u>gluten, białko mleka krowiego</u>	<u>seler, gluten,</u>	

WARZYWA, ZIEMNIAKI I OWOCE PRZED OBRÓBKĄ WSTĘPNĄ

Smacznego!!!

Dzieci mają dostęp do wody z cytryną, pomarańczą i miętą przez cały dzień.

Dzieci przedszkolne codziennie otrzymują przekąski owocowe lub warzywne do obiadu.

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie związanych z dostępnością używanych produktów.

NASZE DANIA MOGĄ, BĄDŹ ZAWIERAJĄ NASTĘPUJACE ALERGENY WRAZ Z ICH POCHODNYMI:

gluten, jaja, ryby, soja, mleko, orzechy, migdał, sezam, kokos, seler, gorczyca.