



	Drugie śniadanie	Obiad	Podwieczorek
PONIEDZIAŁEK	<u>PASTA JAJECZNA</u> Chleb graham wieloziarnisty (50g) ,jajko (20g), majonez (5g), szczypiorek (do smaku), krojone warzywa : ogórek zielony (20g), papryka (10g), rzodkiewka (10g),masło 82 %(2g),porcja owocowa.. <u>HERBATA Z CYTRYNA:</u> Napar z czarnej herbaty, cytryna, miód. (do smaku) <u>KAKAO:</u> Mleko 2% (100g), kakao (3g).	<u>KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY Z ZIEMNIAKAMI I KIELBASA:</u> Włoszczyzna : seler (10g), por (10g), marchew (20g), pietruszka (10g), ziemniaki (100g), kapusta kiszona(50g), kielbasa (20g),natka pietruszki ,koper (do smaku) <u>MAKARON Z BIAŁYM SEREM I CYNAMONEM:</u> Makaron pełnoziarnisty (60g suchy), biały ser (100g),cynamon do smaku <u>Woda z cytryną i pomarańczą</u>	<i>Owoc-jabłko</i>
ALERGENY	<u>gluten,białko mleka krowiego,jajko</u>	<u>seler,gluten,białko mleka krowiego</u>	
WTOREK	<u>KIELBASKI NA CIEPŁO:</u> Kielbaska (50g), pieczywo graham wieloziarnisty(50g), krojone warzywa : ogórek zielony (10g), pomidor (10g), papryka (10g), rzodkiewka(10g) ,ogórek kiszony(20g), sałata,kechup do smaku, masło 82 %(2g). <u>HERBATA Z CYTRYNA:</u> Napar z czarnej herbaty, cytryna, miód. (do smaku) <u>KAWA ZBOŻOWA:</u> Mleko 2% (100g), kawa zbożowa (3g).	<u>ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM:</u> Włoszczyzna; marchew (20g), pietruszka (10g), seler (10g), wywar: mięsny, koncentrat pomidorowy (10g), śmietana 18%(5g), ryż biały(suchy 30g), lubczykdo smaku. <u>KOTLET RYBNY, ZIEMNIAKI, SURÓWKA Z PORA:</u> Ryba miruna (150g), olej (10g),mąka (5g), jajko (20g), cebula(10g), ziemniaki (300g), por (100g), marchewka (50g), jabłko(50g), śmietana 18%(10g), przyprawy,pietruszk i koper do smaku,marchewka w talarki,ogórek zielony w słupki. <u>Kompot</u>	<i>Mus jogurtowo-truskawkowy + chrupki kukurydziane</i>
ALERGENY	<u>gluten,białko mleka krowiego,</u>	<u>seler,gluten,ryba,jajko</u>	
	<u>OWSIANKA Z JABŁKIEM I CYNAMONEM,ROGAL MAŚLANY Z MASŁEM :</u>	<u>KREM Z DYNI Z SOCZEWICĄ, PŁATKI MIGDAŁOWE,PESTKI DYNI,PIETRUSZKA ZIELONA:</u>	

ŚRODA	Mleko 2% (100g),skyr naturalny((60g),(płatki owsiane (30g), jabłko(40g), banan(30g),cynamon do smaku,rogal maślany(50g) , 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).	Włoszczyzna; marchew (20g), pietruszka (10g),seler (10g), ziemniaki (20g), dynia mrożona (70g), soczewica czerwona (10g),wywar warzywny, pestki dyni, płatki migdała,zielona pietruszka do smaku. <u>KOTLET Z CZERWONEJ FASOLI Z CUKINIĄ Z SOSEM CZOSNKOWYM, RYŻ :</u> Kotlet z cszerwonej fasoli i cukini(100g),ryż (suchy 50g),,jogurt naturalny(40g),czosnek do smaku. <u>Woda z cytryną i pomarańczą</u>	<i>Zielone Smoothie (szpinak,jarmuż, owoce,mleko migdałowe)</i>
ALERGENY	<u>gluten,białko mleka krowiego,</u>	<u>seler,gluten</u>	
CZWARTEK	<u>ZUPA MLECZNA KASZA MANNA,CHAŁKA MAŚLANA Z MASŁEM :</u> Mleko 2% (150g), kasza manna (10g), chałka maślana (50g) , masło 82 % (2g), porcja owocowa. <u>HERBATA Z CYTRYNA:</u> Napar z czarnej herbaty, cytryna, miód. (do smaku) <u>KAKAO:</u> Mleko 2% (100g), kakao (3g).	<u>ROSÓŁ „RAJSKI „ Z MAKARONEM:</u> Włoszczyzna:seler(20g),marchew(30g), por (10g), pietruszka (20g), makaron nitki (30g suchy), wywar warzywny,lubczyk,natka pietruszki (do smaku). <u>PIECZONA PAŁKA Z KURCZAKA, ZIEMNIAKI, SURÓWKA WIOSENNA:</u> Pieczona pałka (250g), ziemniaki (200g), sałata lodowa (100g), pomidor (20g), ogórek (20g), rzodkiewka(10g), pietruszka i koper do smaku. <u>Woda z cytryną i pomarańczą</u>	<i>Babeczka dyniowa+kakao</i>
ALERGENY	<u>gluten,białko mleka krowiego</u>	<u>seler,gluten</u>	
PIĄTEK	<u>KANAPKI Z WĘDLINKĄ I SAŁATKĄ JARZYNOWA</u> Pieczywo graham wieloziarnisty (50g) ,wędlinka (20g),jajko (10g), majonez (5g), marchewka (30), pietruszka(20g), seler(10g), jabłko(10g),ogórek kiszony (10g),masło 82%(2g) porcja owocowa, <u>HERBATA OWOCOWA:</u> Napar z herbaty ,miód(do smaku)	<u>ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI:</u> Włoszczyzna; marchew (20g), pietruszka (10g),seler (10g), wywar mięsny, natka pietruszki (do smaku), ziemniaki (50g), śmietna 18% (10g). <u>GULASZ WOŁOWY,KLUSKA ŚLĄSKA,SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY:</u>	<i>Mleko smakowe + marchewka w słupki</i>

	<u>KAKAO:</u> Mleko 2% (100g), kakao (3g).	Wołowina (130g), cebula(30g),olej(5g),kluska śląska (120g), czerwona kapusta (80g),marchewka (20g),jabłko (20g),pietruszka zielona,przyprawy do smaku.	
ALERGENY	<u>gluten,białko mleka krowiego,jajko</u>	<u>Kompot</u> <u>seler,</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.