

# JADŁOSPIS 9-13.06

## ✓ PONIEDZIAŁEK

### DRUGIE ŚNIADANIE:

**PANCAKES Z KONFITURAMI:**  
MĄKA(90G), JAJA KURZE(25G), MLEKO(20ML) / DO WYBORU RÓŻNE KONFITURY(15G)  
ALERGEN: GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA), JAJA  
**MIĘTA:**  
NAPAR Z MIĘTY(200ML), MIÓD (5G)  
ALERGEN: MIÓD

### OBIAD:

#### **JARZYNOWA:**

MARCHEW(20G), PIETRUSZKA(5G), SELER(5G), FASOLKA SZPARAGOWA(20G), GROSZEK ZIELONY(10G), KURCZAK TUSZKA(15G), CEBULA(10G), ZIEMNIAKI(50G), LUBCZYK(1G)  
ALERGEN: SELER

#### **KURCZAK A'LA KEBAB, RYŻ,**

#### **SURÓWKA A'LA COLESŁAW:**

DUSZONE MIĘSO KURCZAKA(70G), / RYŻ(40G) / BIAŁA KAPUSTA(70G), MARCHEW(15G), JABŁKO(10G), CEBULA(5G), JOGURT NATURALNY(20G), SOK Z CYTRYNY(5G)  
ALERGEN: SELER, GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA)

#### **KOMPOT:**

KOMPOT Z OWOCÓW SEZONOWYCH(200ML)  
ALERGEN: BRAK

### PODWIECZOREK:

#### **ZAPIEKANKI:**

PIECZYWO(25G), SER ŻÓŁTY(20G), KETCHUP(5G)  
ALERGEN: GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA)

#### **SOK:**

POMARAŃCZOWY (200ML)  
ALERGEN: CYTRUSY

## ✓ WTOREK

### DRUGIE ŚNIADANIE:

**KANAPKI Z FILETEM ZŁOCISTYM Z INDYKA:**  
WYBÓR PIECZYWA(25G): ŻYTNIE RAZOWE, ŻYTNIE RAZOWE ZE SŁONECZNIKIEM LUB DYNIA, PSZENNE NA NATURALNYM ZAKWASIE Z ZIARNAMI LUB GRAHAM / PIECZONY FILET Z INDYKA(30G), MASŁO(5G)  
ALERGEN: GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA)  
**HERBATA Z CYTRYNĄ:**  
NAPAR Z CZARNEJ HERBATY (200M), CYTRYNA(3G), MIÓD(5G)  
ALERGEN: MIÓD

### OBIAD:

#### **KAPUŚNIAK:**

MARCHEW(20G), PIETRUSZKA(20G), KAPUSTA KISZONA(40G), KURCZAK TUSZKA(15G), CEBULA(2G), ZIEMNIAKI(50G)  
ALERGEN: BRAK

#### **KOTLET MIELONY, ZIEMNIAKI,**

#### **MARCHEWKA Z GROSZKIEM:**

MIELONE MIĘSO WIEPRZOWE(80G), BUŁKA TARTA(5G), JAJA KURZE(2G) / ZIEMNIAKI GOTOWANE(150G) / MARCHEW(50G), GROSZEK(40G), MASŁO(5G), MĄKA(5G)  
ALERGEN: GLUTEN, JAJA, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA), MIÓD

#### **KOMPOT:**

KOMPOT Z OWOCÓW SEZONOWYCH(200ML)  
ALERGEN: BRAK

### PODWIECZOREK:

#### **KOKTAJL TRUSKAWKOWY:**

JOGURT NATURALNY(80ML), MAŚLANKA NATURALNA(100ML), TRUSKAWKI(25G)  
ALERGEN: MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA), TRUSKAWKI

#### **WAFEL PSZENNO-RYŻOWY(6G)**

ALERGEN: GLUTEN

## ✓ ŚRODA

### DRUGIE ŚNIADANIE:

**OWSIANKA: Z RODZYNKAMI I ORZECHAMI:**  
MLEKO 2.0%(150ML), PŁATKI OWSIANE(25G), RODZYNKI(5G), ORZECHY LASKOWE(3G)  
ALERGEN: GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA), ORZECHY LASKOWE  
**PIECZYWO Z TWAROŻKIEM Z RZODKIEWKĄ I SZCZYPIORKIEM:**  
WYBÓR PIECZYWA(25G): ŻYTNIE RAZOWE, ŻYTNIE RAZOWE ZE SŁONECZNIKIEM LUB DYNIA, PSZENNE NA NATURALNYM ZAKWASIE Z ZIARNAMI LUB GRAHAM, SER TWAROGOWY (30G), RZODKIEWKA(10G), SZCZYPIOR(3G)  
ALERGEN: GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA)  
**HERBATA:**  
NAPAR Z CZARNEJ HERBATY(200ML)  
ALERGEN: BRAK

### OBIAD:

#### **POMIDOROWA Z RYŻEM PARABOLICZNYM:**

WIOSZCZYŻNA BEZ SELERA(50G), KURCZAK TUSZKA(15G), KONCENTRAT POMIDOROWY(5G), ŚMIETANA 9%(10G), RYŻ PARABOLICZNY(30G), LUBCZYK(1G)

#### **ALERGEN: MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA)**

#### **KLOPSIKI WEGETARIAŃSKIE Z SOSEM CURRY,**

#### **KOPYTKA, FASOLKA SZPARAGOWA:**

CIECIERZYCA(40G), KUKURYDZA(20G), GROSZEK(20G), MARCHEW(20G), JARMUŻ(10G), CEBULA(5G), BUŁKA TARTA(3G), JAJA KURZE(2G), ŚMIETANA 9%(20G), CURRY(5G) / KOPYTKA(120G) / FASOLKA SZPARAGOWA(100G)  
ALERGEN: MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA)

#### **KOMPOT:**

KOMPOT Z OWOCÓW SEZONOWYCH(200ML)  
ALERGEN: BRAK

### PODWIECZOREK:

#### **BABECZKI A'LA CUPACAKE(50G)**

ALERGEN: GLUTEN, JAJA, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA)

#### **LEMONIADA:**

WODA NIEGAZOWANA(200ML), CYTRYNA(3G), MIÓD(5G)  
ALERGEN: MIÓD

✓ CZWARTEK

DRUGIE ŚNIADANIE:

JAJKA W DOMOWYM MAJONEZIE Z PIECZYWEM I  
WARZYWAMI:

WYBÓR PIECZYWA(25G): ŻYTNIE RAZOWE, ŻYTNIE RAZOWE ZE SŁONECZNIKIEM  
LUB DYNIA, PSZENNE NA NATURALNYM ZAKWASIE Z ZIARNAMI LUB GRAHAM /  
JAJA( KURZE(50G), MAJONEZ(10G), PAPRYKA(10G), OGÓREK(10G),  
RZODKIEWKA(10G), SAŁATA(10G), MASŁO(5G)  
ALERGEN: GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA), JAJA

OBIAD:

**BARSZCZ BIAŁY:**

WŁOSZCZYŻNA BEZ SELERA(35G), KIELBASKA DROBIOWA(5G), ŚMIETANA 9%(10G),  
ZIEMNIAKI(50G), ZAKWAS(20G), MAJERANEK(2G)  
ALERGEN: GLUTEN, JAJA, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO,  
LAKTOZA), SELER

**ŚCHAB PIECZONY W SOSIE MYŚLIWSKIM Z WĘDZONĄ**

**ŚLIWKĄ, KASZA GRYCZANA, SAŁATA Z JOGURTEM:**  
PIECZONE MIĘSO WIEPRZOWE(80G) / KASZA GRYCZANA(40G) / SAŁATA(90G),  
JOGURT NATURALNY(20G)  
ALERGEN: MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA)

**KOMPOT:**

KOMPOT Z OWOCÓW SEZONOWYCH(200ML)  
ALERGEN: BRAK

PODWIECZOREK:

**MUS CZEKOLADOWY:**

MLEKO(50ML), KAKAO(20G), MIÓD(5G)  
ALERGEN: MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA), MIÓD, JAJA,  
KAKAO (PROSZEK)

**CHRUPKI KUKURYDZIANE(10G)**

ALERGEN: BRAK

✓ PIĄTEK

DRUGIE ŚNIADANIE:

**KANAPKI W RÓŻNYCH ODŚŁONACH:**

WYBÓR PIECZYWA(25G): ŻYTNIE RAZOWE, ŻYTNIE RAZOWE ZE SŁONECZNIKIEM LUB DYNIA,  
PSZENNE NA NATURALNYM ZAKWASIE Z ZIARNAMI LUB GRAHAM, SER ŻÓŁTY(15G) / PASTA  
RYBNA(15G), PAPRYKA(10G), OGÓREK(10G), POMIDOR(10G), SAŁATA(10G), MASŁO(5G)  
ALERGEN: GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA)

**ZUPA MLECZNA:**

MAKARON PSZENNY (25G), MLEKO 2.0%(200ML)  
ALERGEN: GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA)

**HERBATA MALINOWA:** NAPAR Z HERBATY MALINOWEJ (200ML)

ALERGEN: BRAK

OBIAD:

**KOPERKOWA:**

WŁOSZCZYŻNA BEZ SELERA(75G), KOPEREK(10G), ŚMIETANA 9%(10G), ZIEMNIAKI(50G), SOK Z  
CYTRYNY(1G)

ALERGEN: BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA

**FILET RYBNY, ZIEMNIAKI, SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ  
Z PAPRYKĄ:**

SMAŻONA RYBA(80G) / ZIEMNIAKI GOTOWANE(150G) / KAPUSTA PEKIŃSKA(80G),  
PAPRYKA(15 G), JABŁKO(15G), CEBULA(5G), OLEJ SŁONECZNIKOWY(5G), SOK Z CYTRYNY(3G)  
ALERGEN: GLUTEN, JAJA, RYBA  
LUB ZAMIENNIK RYBY

**MAKARON Z TWAROGIEM POLANY ŚMIETANĄ I MUSEM**

**OWOCOWYM:**

MAKARON(40G), SER TWAROGOWY PÓŁTŁUSTY(50G), ŚMIETANA 9%(20G), TRUSKAWKI(30G)  
ALERGEN: GLUTEN, JAJA, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA)

**KOMPOT:**

KOMPOT Z OWOCÓW SEZONOWYCH(200ML)  
ALERGEN: BRAK

PODWIECZOREK:

**CIASTO DROŻDŻOWE(40G)**

ALERGEN: GLUTEN, JAJA, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA)

**HERBATA:**

NAPAR Z CZARNEJ HERBATY(200ML)  
ALERGEN: BRAK

DODATKOWO DO OBIADU KAŻDEGO DNIA SERWOWANE JEST JABŁKO / OWOC SEZONOWY