

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>Czwartek</b> <b>29.09.2022</b>	Chleb mieszany 35g <u>masło 5g ser żółty 15g</u> rzodkiewka , sałata zielona herbata z cytryną 200ml jabłko wart. kal. 272 kcal	Krupnik z jarzynami i <u>śmietaną</u> 200ml Risotto z mięsem i kapustą białą 60g Sos pomidorowy Surówka z selera i jabłek z ananase 50g kompot 200ml wart.kal.531kcal	Bułka grahamka 35g <u>masło 5g</u> pasta z <u>sera</u> białego ze szczypiorkiem 15g herbata z cytryną 200ml wart .kal. 283kcal
<b>Piątek</b> <b>30.09.2022</b>	Chleb trzy ziarna 35g <u>masło 5g pomidor jajecznicą</u> szczypiorek herbata z cytryną 200ml banan wart. kal. 272kcal	Zupa pomidorowa z ryżem i <u>śmietaną</u> 200ml ziemniaki 150g sznycełki rybne - dorsz panierowany 60g ( <u>jajka</u> ) buraczki z chrzanem 50g kompot 200ml wart .kal. 381kcal	Graham 35g <u>masło</u> 5g kielbasa drobiowa 15g szczypiorek , ketchup kawa zbożowa z <u>mlekiem</u> 200ml ( <u>jęczmień , żyto</u> ) wart. kal. 213kcal
<b>Poniedziałek</b> <b>03.10.2022</b>	Chleb graham 35g <u>masło 5g</u> Kiełbaski wieprzowe na gorąco 15g ogórek zielony, szczypiorek kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <u>jęczmień , żyto</u> ) gruszka wart. kal. 273kcal	Zupa grochowa z grzankami i śmietaną 200ml Pierogi ze śliwkami i śmietaną 50g ( <u>mąka pszenna, jajka</u> ) surówka z marchwi i jabłek z żurawiną 50g kompot 200ml wart. kal. 370kcal	Koktajl owocowy 200ml ( <u>jogurt</u> , truskawki) bułka cynamonkowa 35g <u>masło 5g</u> wyrób własny wart. kal.451kcal
<b>Wtorek</b> <b>04.10..2022</b>	Zupa <u>mleczna</u> z zacierką 200ml ( <u>mąka pszenna, jajka</u> ) weka 35g <u>masło 5g</u> dżem morelowy winogrono wart. kal. 338 kcal	Zupa koperkowa z makaronem i <u>śmietaną</u> 200ml ziemniaki 150g kotlet z indyka po parysku 60g ( <u>jajka, mąka pszenna</u> ) mizeria ze <u>śmietaną</u> 50g kompot 200ml wart. kal. 416 kcal	Bułka pszenna 35g <u>masło 5g</u> Pasta rybna 15g ( <u>sardynka , jajka , jogurt</u> ) pomidor Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <u>jęczmień , żyto</u> ) wart..kal 186kcal
<b>Środa</b> <b>05.10.2022</b>	Bułka trzy ziarna 35g <u>masło 5g szynka wieprzowa 15g</u> pasta z <u>sera</u> białego z <u>jogurtem</u> 15g szczypiorek, papryka czerwona kawa zbożowa z <u>mlekiem</u> 200ml ( <u>jęczmień , żyto</u> ) marchew wart. kal. 334kcal	Zupa fasolowa z ryżem i <u>śmietaną</u> 200ml makaron z jabłkami 100g ( <u>mąka pszenna, jajka</u> ) surówka z selera i marchwi z jabłkiem 50g kompot 200ml wart. kal. 514kcal	Pizza z serem żółtym ,kielbasą drobiową 100g ( <u>mąka pszenna</u> , drożdże , <u>jajka , mleko</u> ) Herbata miętowa 200ml wart. kal. 230kcal
<b>Czwartek</b> <b>06.10.2022</b>	Chleb mieszany 35g <u>masło 5g</u> Pasztet wieprzowy pieczony 15g ogórek kiszony, szczypiorek kawa zbożowa z <u>mlekiem</u> 200ml	Barszcz czerwony z jajkiem i <u>śmietaną</u> 200ml Kluski śląskie 40g gulasz wołowy w sosie własnym 60g surówka z kapusty czerwonej i jabłek 50g kompot 200ml	Chleb mieszany 35g <u>masło 5g</u> pasta z tuńczyka i sera białego 15g ( <u>tuńczyk , ser biały jogurt</u> ) pomidor herbata z cytryną 200ml

	( <u>jęczmień , żyto</u> ) jabłko wart. kal. 265kcal	wart. kal. 369kcal	wart. kal. 210 kcal
<b>Piątek 07.10..2022</b>	Chleb trzy ziarna 35g ( <u>masło 5g</u> ) pasta z <u>sera żółtego i jajek 15g</u> Pomidor , szczypiorek kawa zbożowa z <u>mlekiem 200ml</u> ( <u>jęczmień, żyto</u> ) winogrono marchew wart. kal. 280 kcal	Zupa brokułowa z makaronem i <u>śmietaną 200ml</u> ziemniaki 150g Sznycelki rybne z miruny 60g ( <u>jajka, bułka tarta</u> ) Surówka z kapusty włoskiej i jabłek 50g kompot 200ml wart. kal. 406kcal	Krem z sera białego z czarną jagodą 100g Wafelki sonko Sok jabłkowy wart. kal.190kcal
<b>Poniedziałek 10.09.2022</b>	Chleb mieszany 35g <u>masło 5g</u> szynka wieprzowa 15g Szczypiorek , pomidor kawa zbożowa z <u>mlekiem 200ml</u> ( <u>jęczmień , żyto</u> ) jabłko wart. kal.284kcal	Zupa pieczarkowa z kaszą i <u>śmietaną 200ml</u> leniwe pierogi 150g ( <u>mąka pszenna , ser biały , jajka</u> ) Surówka z marchwi i jabłek z rodzynkami 50g kompot 200ml wart. kal. 388kcal	Bułka trzy ziarna 35g masło 5g Ser żółty 15g szczypiorek , rzodkiewka herbata z melisy 200ml wart.kal.243kcal
<b>Wtorek 11.10.2022</b>	Zupa <u>mleczna</u> z płatkami kukurydzianymi 200ml Weka 35g <u>masło5g</u> miód lipowy banan wart. kal.284kcal	Rosół z makaronem200ml ziemniaki 150g Mięso gotowane w jarzynach 60g kapusta gotowana 50g kompot 200ml wart. kal. 370kcal	Babka piaskowa złocista 100g - wypiek własny (mąka pszenna , jajka,) masło100g kakao z mlekiem 200ml wart. kal. 261kcal
<b>Środa 12.10.2022</b>	Chleb graham 35g ( <u>masło 5g</u> ) kielbasa wieprzowa 15g <u>jajko</u> gotowane , pomidor , szczypiorek kawa zbożowa z <u>mlekiem 200ml</u> ( <u>jęczmień , żyto</u> ) gruszka wart . kal. 283kcal	Zupa ogórkowa z ziemniakami i śmietaną 200ml naleśniki z serem białym 150g sos tryskawkowy ( <u>mąka pszenna , jajka ser biały, jogurt</u> ) surówka z marchwi i jabłek 50g kompot 200ml wart.kal 397kcal	Tosty 35g z <u>serem żółtym</u> i szynką drobiową 15g <u>masło 5g</u> szczypiorek ketchup herbata owocowa 200ml wart. kal. 230 kcal

DYREKTOR

INTENDENT

KUCHARKA

Produkty podkreślone zawierają alergeny według Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) Nr 116969 z dnia 25 Październik 2011r

Zupy są gotowane na wywarze mięsno-warzywnym (kurczak , indyk , mięso wieprzowe , marchew , pietruszka , por , seler ,natka pietruszki, ziemniaki )

Między posiłkami dzieci otrzymują do picia wodę niegazowaną „Żywiec „Kuracjusz”

**Wykaz pieczywa i alergenów:**

- Chleb graham mąka pszenna , grahamka
- Chleb mieszany mąka pszenna, żytnia
- Chleb trzy ziarna mieszany mąka pszenna, żytnia
- Weka pszenna mąka pszenna
- Bułka pszenna mąka pszenna
- Bułka trzy ziarna mąka pszenna , żytnia

**Wykaz wędlin i alergenów:**

- Kornetki wieprzowe ,seler, gluten
- Szynka wieprzowa , seler , gluten
- Paszтет wieprzowy , seler , gluten
- Kielbasa wieprzowa ,seler , gluten
- Kielbasa drobiowa , seler , gluten
- Szynka drobiowa , seler , gluten