

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 21.07.2025	Zupa mleczna z zacierką 200ml. Weka z masłem i dżemem 35g. Gruszka 60g.	Zupa z warzywna z kaszą 200ml. Racuchy z jabłkami 100g (racuchy bez jajka) Surówka z marchewki z brzoskwinia 50 g. Kompot 200ml.	Graham z masłem 35g Kurczak gotowany 15g. Papryka czerwona 10g. Herbata owocowa 200ml Razem Wart.Kal; 1100 Kcal
Wtorek 22.07.2025	Chleb ziarnisty z masłem 35g. Kiełbasa krakowska wieprz.(drob) 15g. Pomidor 15g. Kakao z mlekiem 200ml. Pomarańcza 75g	Zupa ogórkowa z makaronem 200ml. (makaron bezjajeczny) Ziemniaki 150g. Indyk w sosie koperkowym 70g. Mini marchew 50g Kompot 200ml.	Kasza manna na mleku 200ml Wafle lekkie 20g Razem Wart.Kal. 1205 Kcal
Środa 23.07.2025	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200ml Weka pszenna z masłem i miodem 35g Banan 65g	Zupa fasolowa z ryżem 200ml. Makaron z serem (makaron bezjajeczny) Surówka z selera z marchewką 50g Kompot 200ml.	Chleb mieszany z masłem 35g. Szynka biała wieprz.(drob) Rzodkiewka 5g Herbata owocowa 200ml. Razem Wart.Kal. 990 Kcal
Czwartek 24.07.2025	Graham z masłem 35g Polędwica drobiowa 15g. Ogórek zielony Herbata z cytryną 200ml. Jabłko 60g.	Rosół z lanym ciastem 200ml. (makaron bezjajeczny) Kasza jęczmienna 40g Potrawka z kurczaka w sosie własnym 60g Mizeria ze śmietaną 60g. Kompot 200ml	Ciasto drożdżowe z kruszonką. Kakao z mlekiem 200ml. Razem Wart.Kal. 1230 Kcal
Piątek 25.07.2025	Chleb mieszany z masłem Pasta z sera żółtego i jajek 35g (pasta bez jajka) Pomidor 5g. Herbata z cytryną 200ml. Marchew 20g.	Zupa pomidorowa z ryżem 200ml Ziemniaki 150g Pulpet rybny w sosie 90g Surówka z kapusty kiszzonej 50g. Kompot 200ml.	Galaretka owocowa 150 ml Biszkopty. Razem Wart.Kal 1100 Kcal.
Poniedziałek 28.07.2025	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml. Weka z masłem i dżemem brzoskwiniovym 35g Jabłko 60g.	Zupa krupnik z mięsem 200ml. Makaron z truskawkami 50g Surówka z marchewki z ananasem 50g Kompot 200ml.	Chleb pszenno - żytni z masłem 35g Kiełbasa szynkowa wieprz.(drob)15g Ogórek kiszony. Herbata z melisy

			Razem wWart.Kal. 1180 Kcal.
Wtorek 29.07.2025	Chleb ziarnisty z masłem 35g Szynka biała wieprz.(drob) 15g. Papryka 10g Herbata owocowa 200ml. Banan 65g.	Zupa jarzynowa z grzankami 200ml. Ziemniaki 150g. Kotlet drobiowy 70g. (panierka bez jajka) Sałata lodowa jogurtem naturalnym 50g. Kompot 200ml.	Budyń Śmietankowy 200ml. Wafle Sonko naturalne. Razem Wart.Kal. 1150 Kcal
Środa 30.07.2025	Zupa mleczna z kluseczkami 200ml Weka pszenna z masłem i serem żółtym 35g. Pomarańcza 75g.	Zupa kalafiorowa z groszkiem ptysiowym 200ml. (makaron bezjajeczny) Pierogi leniwe 190g.(pierogi bez jajka) Surówka z selera z marchewką 50g. Kompot 200ml.	Graham z masłem 35g Pasta z szynki i jajek 35g Pomidor 5g Herbata owocowa 200ml. Razem Wart.Kal. 1210 Kcal.
Czwartek 31.07.2025	Chleb mieszany z masłem 35g Pasta z sera białego 15g. Rzodkiewka 6g Herbata z cytryną 200ml Marchew 20g.	Zupa grysikowa 200ml. Ziemniaki 15g. Filet rybny panierowany 70g (panierka bez jajka) Buraczki 50g Kompot 200ml	Bulka cynamonowa z masłem 35g Kawa zbożowa 200ml. Razem Wart.Kal. 980 Kcal.

DYREKTOR

INTENDENT

KUCHARKA

Kuchnia zastrzega sobie prawo zmian w jadłospisie.

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

Miedzy posiłkami dzieci otrzymują do picia wodę niegazowaną „Żywiec „Kuracjusz,,

Substancje lub produkty powodujące reakcje alergiczne w jadłospisie zaznaczone są pogrubioną czcionką.

Wykaz alergenów:

- | | |
|---|------------------------------------|
| - Chleb mieszany : mąka pszenna , żytnia | - Szynka wieprzowa : seler, gluten |
| - Weka pszenna : mąka pszenna | - Szynka drobiowa; seler, gluten |
| - Chleb graham : mąka pszenna , grahamka | -kawa z mlekiem; jęczmień, żyto |
| - Chleb trzy ziarna : mąka pszenna , żytnia | - masło;mleko,laktoza |
| - jaja kurze;glikoproteiny,owomukoid(Gald1),owolbumina(Gald3),lizozym(Gald4),alumina(Gald5) | |

W nawiasach uwzględniono dzieci ze wskazaną alergią pokarmową.