

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 22.06.2026	Zupa mleczna z płatkami owsianymi i rodzynkami 200 ml. Weka z masłem i serem żółtym 35g. Pomarańcza 65g.	Zupa krupnik z ziemniakami 200ml. Makaron z truskawkami 120g. (makaron bezjajeczny) Surówka z marchewki z jabłkami 50g. Kompot 200ml.	Chleb słonecznikowy z masłem 35g. Kiełbasa szynkowa 15g. Ogórek Herbata miętowa 200ml.
Wartość Kaloryczna posiłków ok .890 Kcal			
Wtorek 23.06.2026	Chleb trzy ziarna z masłem 35g Pasta z sardynki i jajek 20g. (pasta bez jajka) Pomidor Herbata owocowa 200ml. Banan 65g	Zupa grysikowa 200ml Ziemniaki 150g. Kotlet drobiowy 90g. (kotlet bez panierki) Mizeria ze śmietaną 50g. Kompot 200ml.	Budyń na mleku (kasza manna na mleku) Wafle ryżowe Gruszka 60g.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.945 Kcal			
Środa 24.06.2026	Graham z masłem 35g. Polędwica drobiowa 15g. Rzodkiewka Herbata z cytryną 200ml. Gruszka 60g.	Zupa jarzynowa z kluseczkami 200ml. (makaron bezjajeczny) Pierogi z serem 120g. (pierogi bez jajka) Brzoskwinia 50g. Kompot 200ml.	Kasza manna na mleku z sokiem owocowym 200ml. Truskawka 50g.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.850 Kcal			
Czwartek 25.06.2026	Płatki kukurydziane na mleku 200ml. Chleb pszenny z masłem i dżemem truskawkowym 35g. Jabłko 60g.	Rosół z lanym ciastem 200ml. (makaron bezjajeczny) Kasza jęczmienna 40g. Gulasz wieprzowy 90g. Sałata zielona ze śmietaną 50g. Kompot 200ml.	Szwedzki stół owocowy!! Pomarańcza ,kiwi,jabłko. Pieczywo lekkie .
Wartość Kaloryczna posiłków ok.960 Kcal			
Piątek 26.06.2026	Chleb mieszany z masłem 35g. Jajko gotowane (kanapka z serem) Papryka czerwona , szczypiorek. Herbata z melisy 200ml. Marchew 20g.	Zupa ogórkowa z ryżem 200ml. Ziemniaki 150g. Pulpet rybny w sosie koperkowym 90g.(pulpet bez jajka) Mini marchew na maselku 50g. Kompot 200ml.	Chleb słonecznikowy z masłem 35g. Ser żółty 15g Papryka czerwona . Kawa zbożowa 200ml.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.980 Kcal			
Poniedziałek 29.06.2026	Zupa mleczna z zacierką 200ml. Chleb pszenny z masłem i miodem 35g. Pomarańcza 65g.	Zupa fasolowa z groszkiem ptysiowym 200ml. (makaron bezjajeczny) Naleśniki szpinakowe z serem białym 90g. (Naleśnik bez jajka) Koktaj truskawkowy 50g.	Graham z masłem 35g. Kiełbasa krakowska 15g Ogórek

		Surówka z selera i marchewki 50g. Kompot 200ml.	Herbata z cytryną 200ml.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.950 Kcal			
Wtorek 30.06.2026	Chleb słonecznikowy z masłem 35g. Szyńka wieprz.(drob.) 15g. Sałata zielona , pomidor Herbata koperkowa 200ml. Jabłko 60g.	Zupa pomidorowa z ryżem 200ml. Łazanki z mięsem wieprzowym (drob) i kapustą 120g.(makaron bezjajeczny) Mini marchew na masełku 50g. Kompot 200ml.	Ciasto drożdżowe z truskawkami. (ciasto bez jajka) Kakao 200ml.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.940 Kcal			
Środa 01.07.2026	Chleb ziarnisty z masłem 35g. Paszтет pieczony drobiowy 20g. Ogórek kiszony Herbata z cytryną 200ml.	Zupa kalafiorowa z grzankami 200ml. Pierogi leniwe 190g. (leniwe bez jajka) Surówka z marchewki z pestkami słonecznika 50g. Kompot 200ml.	Jogurt owocowy na kefirze - wyrób własny Chrupki kukurydziane
Wartość Kaloryczna posiłków ok.1000 Kcal			
Czwartek 02.07.2026	Zupa mleczna z kluseczkami 200ml. Weka z masłem i powidłem śliwkowym 35g. Gruszka 60g.	Zupa selerowa z grzankami 200ml. Spaghetti z mięsem wieprz.(drob) 100g. (makaron bezjajeczny) Fasolka szparagowa na masełku 50g. Kompot 200ml.	Gofry z bitą śmietaną i truskawkami - wyrób własny. (gofry bez jajka) Sok marchewkowy 200ml.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.1040 Kcal			
Piątek 03.07.2026	Jajecznica na masełku. (kanapka z serem) Chleb mieszany z masłem 35g. Pomidor , szczypiorek Herbata owocowa 200ml. Marchew 20g.	Zupa z soczewicy z ryżem 200ml. Ziemniaki 150g. Filet rybny z pieca 90g. (filet bez panierki) Surówka z kapusty kiszonej 50g. Kompot 200ml.	Chleb graham z masłem 35g. Pasta z sera białego Rzodkiewka Kawa zbożowa 200ml.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.1020 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)

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

W jadłospisie w nawiasach uwzględniono dzieci ze wskazaną alergią pokarmową.