

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 06.07.2026	Płatki kukurydziane na mleku 200ml. Chleb pszenny z masłem i dżemem 35g. Gruszka 60g.	Zupa krupnik z ziemniakami 200ml. Racuchy z jabłkiem 80g. (racuchy bez jajka) Koktajl truskawkowy Surówka z selera i marchewki z rodzynkami 50g. Kompot 200ml.	Chleb mieszany z masłem 35g. Pasta z makreli i jajka 20g. (pasta bez jajka) Papryka czerwona Herbata owocowa 200ml.
Wartość Kaloryczna posiłków ok. 1000 Kcal			
Wtorek 07.07.2026	Graham z masłem 35g. Polędwica drobiowa 15g. Pomidor ,szczypiorek. Herbata z cytryną 200ml. Borówka 60g.	Zupa brokułowa z groszkiem ptysowym 200ml. (grzanki) Ziemniaki 150g. Polędwiczki wieprzowe w sosie własnym 90g. Sałata zielona z jogurtem naturalnym 50g. Kompot 200ml.	Babka piaskowa - wyrób własny. (babka bez jajka) Kakao z mlekiem 200ml. Banan 65g.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.1000 Kcal			
Środa 08.07.2026	Zupa mleczna z zacierką 200ml. (makaron bezjajeczny) Weka z masłem i żółtym serem 35g. Arbuz 65g.	Zupa fasolowa z ryżem 200ml. Makaron z serem 100g. (makaron bezjajeczny) Surówka z marchewki i ananasa 50g. Kompot 200ml.	Chleb ziarnisty z masłem 35g. Szynka tradycyjna 15g. Rzodkiewka Herbata owocowa 200ml.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.990 Kcal			
Czwartek 09.07.2026	Chleb słonecznikowy z masłem 35g. Kiełbasa krakowska wieprz.15g. Gruszka 60g.	Zupa ogórkowa z makaronem 200ml. (makaron bezjajeczny) Ziemniaki 150g. Kotlet drobiowy 90g. (kotlet bez panierki) Mizeria ze śmietaną 50g Kompot 200ml.	Jogurt owocowy na kefirze - wyrób własny . Chrupki kukurydziane.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.920 Kcal			
Piątek 10.07.2026	Chleb mieszany z masłem 35g. Jajecznica ma masełku (kanapka z szynką) Pomidor ,szczypiorek Herbata owocowa 200ml. Marchew 20g.	Zupa pieczarkowa z kaszą 200ml. Pulpet rybny w sosie koperkowym 90g. Ziemniaki 150g. Surówka z kapusty kiszonej 50g. Kompot 200ml.	Rogal maślany z masłem 35g (kanapka z serem żółtym) Kakao z mlekiem 200ml. Banan 65g.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.100 Kcal			
Poniedziałek 13.07.2026	Zupa mleczna z kaszą manną 200ml. Weka z masłem i dżemem truskawkowym 35g.	Zupa pomidorowa z kluseczkami 200ml. (makaron bezjajeczny) Ryż z truskawkami 90g.	Chleb ziarnisty z masłem 35g.

	Arbuz 65g.	Brzoskwinia 50g. Kompot 200ml.	Kiełbasa szynkowa 15g. Sałata zielona Herbata z melisy 200ml.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.900 Kcal			
Wtorek 14.07.2026	Chleb trzy ziarna z masłem 35g. Pasta z szynki i jajek 20g. (pasta bez jajka) Papryka czerwona Kawa zbożowa na mleku 200ml. Jabłko 60g.	Zupa jarzynowa z kaszą bulgur 200ml. Ziemniaki 150g. Dramstik z pieca 90g. Kapusta młoda 50g. Kompot 200ml.	Kisiel owocowy - wyrób własny Pieczywo Wasa
Wartość Kaloryczna posiłków ok.960 Kcal			
Środa 15.07.2026	Owsianka z mlekiem, bananem i rodzynkami 200ml. Weka z masłem i miodem 35g. Gruszka 60g.	Zupa kalafiorowa z grzankami 200ml. Pierogi leniwe 90g. (leniwe bez jajka) Surówka z marchewki i jabłka 50g. Kompot 200ml.	Graham z masłem 35g. Ser żółty 20g. Papryka czerwona Herbata owocowa 200ml.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.980 Kcal			
Czwartek 16.07.2026	Graham z masłem 35g. Jajko gotowane (kanapka z szynką) Ogórek zielony, szczypiorek. Kakao z mlekiem 200ml. Banan 65g.	Rosół z lanym ciastem 200ml. (makaron bezjajeczny) Gulasz drobiowy 90. Ziemniaki 150g. Fasolka szparagowa 50g. Kompot 200ml.	Galaretka owocowa 75g Wafle ryżowe.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.970 Kcal			
Piątek 17.07.2026	Chleb słonecznikowy z masłem 35g. Pasta z sera białego z rzodkiewką 20g. Herbata miętowa 200ml. Marchew 20g.	Zupa ogórkowa z makaronem 200ml. (makaron bezjajeczny) Ziemniaki 150g. Filet rybny z pieca 90g. Buraczki 50g. Kompot 200ml.	Bułka cytrynowa z masłem 35g. (kanapka z serem) Kawa zbożowa na mleku 200ml. Jabłko 60g.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.970 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 | - 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 jadłospisie w nawiasach uwzględniono dzieci ze wskazaną alergią pokarmową.