

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 20.07.2026	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200ml. Weka z masłem i powidłem śliwkowym 35g. Jabłko 60g.	Zupa krupnik z ziemniakami 200ml. Naleśniki z serem białym 180g. (naleśnik bez jajka) Surówka z marchewki i ananasa 50g. Kompot 200ml.	Graham z masłem 35g. Szynka wieprz. (drob)15g Ogórek kiszony Herbata owocowa 200ml.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.110 Kcal			
Wtorek 21.07.2026	Chleb trzy ziarna z masłem 35g Pasta z tuńczyka i jajek 10g. (pasta bez jajka) Papryka czerwona 10g. Herbata koperkowa 200ml. Borówka 50g.	Zupa ogórkowa z ryżem 200ml. Spaghetti z mięsem wieprz.(drob.) -120g(makaron bezjajeczny) Fasolka szparagowa na masełku 50g Kompot 200ml.	Kasza manna na mleku z sokiem owocowym 200ml. Chrupki kukurydziane
Wartość Kaloryczna posiłków ok.955 Kcal			
Środa 22.07.2026	Szwedzki stół!! Chleb graham z masłem, Chleb mieszany z masłem 35g. Kiełbasa szynkowa wieprz., Polędwica drobiowa , Ser żółty 15g. Pomidor ,ogórek Herbata z cytryną 200ml. Gruszka 60g.	Zupa grochowa z makaronem 200ml. (makaron bezjajeczny) Kotlecik jajeczny 60g. (mięso drobiowe) Kapusta gotowana 50g. Ziemniaki 150g. Kompot 200ml.	Galaretka owocowa 120g. Biszkopty 50g. (wafle ryżowe) Kakao z mlekiem 200ml.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.1050 Kcal			
Czwartek 23.07.2026	Zupa mleczna z kluseczkami 200ml. Chleb pszenny z masłem i dżemem 35g. Arbuz 65g.	Zupa grysikowa 200ml. Gulasz wołowy w sosie własnym 120g. Kasza jęczmienna 40g. Sałata zielona ze śmietaną 50g. Kompot 200ml.	Jogurt owocowy na kefirze - wyrób własny Wafle ryżowe.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.960 Kcal			
Piątek 24.07.2026	Chleb pszenno-żytni z masłem 35g. Jajko gotowane (kanapka z serem żółtym) Pomidor,szczypiorek Herbata koperkowa 200ml. Marchew 20g.	Zupa pomidorowa z ryżem 200ml. Ziemniaki 150g. Pulpet rybny w sosie koperkowym 90g. (pulpet bez jajka) Buraczki 50g Kompot 200ml.	Bułka cynamonowa z masłem 35g. (kanapka z żółtym serem) Kakao z mlekiem 200ml. Jabłko 60g.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.1020 Kcal			
Poniedziałek 27.07.2026	Płatki owsiane na mleku z bananem i rodzynkami 200ml. Weka z masłem i dżemem truskawkowym 35g. Borówka 50g.	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 200ml. Pierogi leniwe 190g. (pierogi bez jajka) Surówka z selera i marchewki 50g. Kompot 200ml.	Graham z masłem 35g. Szynka tradycyjna wieprz.(drob.) 15g. Pomidor

			Herbata z cytryną 200ml.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.1020 Kcal			
Wtorek 28.07.2026	Chleb słonecznikowy z masłem 35g. Pasta z sera białego 15g. Rzodkiewka Herbata owocowa 200ml. Jabłko 65g.	Rosół z makaronem 200ml. (makaron bezjajeczny) Ziemniaki 150g. Kotlet mielony drobiowy 90g. (Kotlet bez jajka) Mizeria ze śmietaną 50g. Kompot 200ml.	Ptasie mleczko na jogurcie - wyrób własny. Palcuszki kukurydziane.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.950 Kcal			
Środa 29.07.2026	Graham z masłem 35g. Polędwica drobiowa 15g. Ogórek zielony Herbata z melisy 200ml. Gruszka 60g.	Zupa fasolowa z groszkiem ptysiowym 200ml. (makaron bezjajeczny) Racuchy drożdżowe z jabłkiem 120g. (racuch bez jajka) Koktajl truskawkowy Brzoskwinia 50g. Kompot 200ml.	Rogal maślany z masłem 35g. (kanapka z szynką) Kawa zbożowa z mlekiem 200ml. Borówka 50g.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.1060 Kcal			
Czwartek 30.07.2026	Zupa mleczna z kaszą manną 200ml. Weka z masłem i miodem 35g. Marchew 20g.	Zupa brokułowa z grzankami 200ml. Makaron z kurczakiem i szpinakiem z pomidorami suszonymi 160g. (makaron bezjajeczny) Mini marchew na maselku 50g. Kompot 200ml.	Szarlotka - wyrób własny. (szarlotka bez jajka) Sok owocowy 200ml.
Wartość Kaloryczna posiłków ok.1020 Kcal			
Piątek 31.07.2026	Chleb ziarnisty z masłem 35g Ser żółty 15g. Sałata zielona Herbata z cytryną 200ml. Banan 65g.	Zupa pieczarkowa z makaronem 200ml. Ziemniaki 150g. Filet rybny z pieca 90g. (filet bez jajka) Surówka z kapusty kiszzonej 50g. Kompot 200ml.	Szwedzki stół owocowy!! Arbuz , jabłko, borówka 60g. Pieczywo Wasa
Wartość Kaloryczna posiłków ok.990 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.