

📅

16.06.2025

Poniedziałek

Śniadanie

Chleb pszenny

30 g

Składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, olej, drożdże, cukier

Masło ekstra (z mleka)

5 g

Ser gouda tłusty

20 g

Składniki: **mleko**, sól, kultury bakterii, barwnik: annato

Pomidor

10 g

Salata

10 g

Herbata malinowa, bez cukru

200 ml

Składniki: woda, herbata malinowa(owoc maliny, kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, aromat naturalny)

Śniadanie II

Owsianka na mleku

180 g

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, płatki **owsiane**

Obiad

Zupa jarzynowa z ryżem

250 ml

Składniki: woda, marchew, kalafior, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, brokuły, mrożone, fasolka szparagowa, mrożona, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, śmietana 12% (z **mleka**), ryż biały

Łazanki z kapustą kiszoną i wieprzowym mięsem mielonym

180 g

Składniki: makaron **pszenny** bezjajeczny(mąka z **pszenicy** zwyczajnej), kapusta kiszona(kapusta biała, marchew, sól), wieprzowina łopatką, cebula, olej rzepakowy, kielbasa śląska

Podwieczorek

Budyń czekoladowy

180 g

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, czekolada gorzka(**soja**, **mleko**), skrobia ziemniaczana

📅

17.06.2025

Wtorek

Śniadanie

Chleb żytni razowy

30 g

Składniki: mąka **żytnia**, mąka **żytnia** razowa, woda, sól.

Masło ekstra (z mleka)

5 g

Pasta szynkowa własnego wyrobu

20 g

Składniki: marchew, cebula, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, szynka z udźca kurczaka

Rzodkiewka

10 g

Ogórek

10 g

Herbata czarna, bez cukru

200 ml

Składniki: woda, herbata czarna

Mleko krowie, 1,5 % tłuszczu

180 ml

Śniadanie II

Kasza manna na mleku

180 g

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kasza manna(**pszenica**)

Obiad

Zupa z fasolki szparagowej

250 g

Składniki: woda, fasolka szparagowa, mrożona, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, mięso z ud kurczaka, bez skóry, **seler** korzeniowy, por

Ziemniaki, gotowane w wodzie

100 g

Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym

70 g

Składniki: wieprzowina łopatką, bułki **pszenne** zwykłe(mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier), cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, **jaja** kurze całe, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy

Warzywa na parze

50 g

Składniki: brokuły, mrożone, kalafior, marchew

Podwieczorek

Arbuz

30 g

📅

18.06.2025

Środa

Śniadanie

Chleb pszenny

30 g

Składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, olej, drożdże, cukier

Masło ekstra (z mleka)

5 g

Twarożek

20 g

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu

Papryka czerwona

10 g

Kiełki rzodkiewki

10 g

Herbata owocowa bez cukru

200 ml

Składniki: woda, herbata owocowa

Napój mleczny kakaowy

180 g

Śniadanie II

Zupa mleczna z zacierką

180 ml

Składniki: **mleko** krowie, 1,5 % tłuszczu, woda, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, sól biała, pieprz

Obiad

Barszcz ukraiński z ziemniakami

250 ml

Składniki: woda, burak, ziemniaki, późne, fasola biała, nasiona suche, kurczak, tuszka, marchew, kapusta biała, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Risotto z warzywami i kurczakiem

180 g

Składniki: ryż biały, mięso z piersi kurczaka, bez skóry, cebula, marchew, papryka czerwona, papryka zielona, olej rzepakowy, czosnek

Podwieczorek

Herbatniki (**pszenica**, **mleko**)

30 g

Sok jabłkowy 100%

100 ml

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

Dzień wolny

Dzień wolny