**Jadłospis tygodniowy 28.04.2025-09.05.2025**(Alergeny zostały **wyróżnione** na jadłospisie)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Data** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| 28.04.2025Poniedziałek | Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 300g (ziemniaki, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa, marchew, **seler**, pietruszka korzeń, natka pietruszki, masło (z **mleka**), śmietana (z **mleka**), przyprawy + chleb wieloziarnisty 30g (z **pszenicy**)Kluski leniwe z polewą owocową i jogurtem naturalnym 270g (ser biały (z **mleka**), mąka **pszenna**, **jaja**, cukier waniliowy, truskawki, jagody, jogurt naturalny (z **mleka**), cukier, masło (z **mleka**))Napój herbaciany 200ml (herbata owocowa, cukier) | Jogurt owocowy ok. 150ml (z **mleka**) + owoc ok. 150g |
| 29.04.2025Wtorek | Zupa ogórkowa na wywarze warzywnym 300g (ziemniaki, ogórki kiszone, marchew, **seler**, pietruszka korzeń, natka pietruszki, śmietana (z **mleka**), przyprawy)  + chleb graham 30g (z **pszenicy**)Kasza bulgur 150g (z **pszenicy**)Gulasz z indyka 180g (filer z piersi indyka, cebula, papryka,czosnek, marchew, **seler**, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, przyprawy) Surówka z marchewki i jabłka 100g (marchew, jabłko, cytryna, przyprawy)Kompot wiśniowy 200ml (wiśnie, cukier) | Jogurt owocowy ok. 150ml (z **mleka**) + owoc ok. 150g |
| 30.04.2025Środa | Zupa rosół na wywarze mięsno-warzywnym 300g (makaron (zawiera **pszenica**, **jaja**), marchew, **seler**, pietruszka korzeń, cebula, por, natka pietruszki, czosnek, porcja rosołowa drobiowa, przyprawy)Ziemniaki 150g (ziemniaki, masło (z **mleka**), sól)Pałka z kurczaka 90g (pałka z kurczaka, olej rzepakowy, przyprawy)Mizeria 100g (ogórek zielony, śmietana (z **mleka**), szczypior, przyprawy)Kompot porzeczkowy 200ml (porzeczki, cukier) | Jogurt owocowy ok. 150ml (z **mleka**) + owoc ok. 150g |

Zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn obiektywnych.

Sporządził: Malwina Łomnicka Zatwierdził:

**Jadłospis tygodniowy 28.04.2025-09.05.2025**(Alergeny zostały **wyróżnione** na jadłospisie)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Data** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| 05.05.2025Poniedziałek | Zupa grochowa na wywarze warzywnym 300g (ziemniaki, groch, marchew, **seler**, pietruszka korzeń, natka pietruszki, masło (z **mleka**), czosnek, przyprawy) + chleb **pszenny** 30g Makaron z serem biały z musem z owoców leśnych z jogurtem naturalnym 240g (makaron (zawiera **pszenica**, **jaja**), ser biały (z **mleka**), cukier waniliowy, truskawki, jagody, maliny, jogurt naturalny (z **mleka**), cukier)Herbata czarna z cytryną 200ml (herbata czarna, cytryna, miód) | Jogurt owocowy ok. 150ml (z **mleka**) + owoc ok. 150g |
| 06.05.2025Wtorek | Zupa krupnik na wywarze warzywnym 300g (ziemniaki, kasza jęczmienna (z **pszenicy**), marchew, **seler**, pietruszka korzeń, natka pietruszki, masło (z **mleka**), przyprawy)Kasza gryczana 150g Bitka w sosie pieczeniowym 180g (schab wieprzowy, cebula, natka pietruszki, mąka **pszenna**, olej rzepakowy, przyprawy)Surówka z buraczków czerwonych 100g (buraki czerwone, cebula, ocet winny, olej rzepakowy, przyprawy)Kompot wieloowocowy 200ml (mieszanka wieloowocowa, cukier) | Jogurt owocowy ok. 150ml (z **mleka**) + owoc ok. 150g |
| 07.05.2025Środa | Zupa rosół na wywarze mięsno-warzywnym 300g (makaron (zawiera **pszenica**, **jaja**), marchew, **seler**, pietruszka korzeń, cebula, por, natka pietruszki, czosnek, porcja rosołowa drobiowa, przyprawy)Ziemniaki 150g (ziemniaki, masło (z **mleka**), sól)Kotlet pożarski 90g (filet z piersi kurczaka, **jaja**, bułka tarta (z **pszenicy**), cebula, natka pietruszki, olej rzepakowy, przyprawy)Surówka z kapusty białej 100g (kapusta biała, marchew, natka pietruszki, koper, szczypior, olej rzepakowy, przyprawy)Lemoniada cytrusowa 200ml (cytryna, pomarańcza, mięta świeża, miód) | Jogurt owocowy ok. 150ml (z **mleka**) + owoc ok. 150g |
| 08.05.2025 Czwartek | Zupa barszcz czerwony na wywarze warzywnym 300g (ziemniaki, buraki czerwone, marchew, **seler**, pietruszka korzeń, natka pietruszki, masło (z **mleka**), fasolka szparagowa, fasola biała, śmietana (z **mleka**), przyprawy) + chleb kukurydziany 30g Ryż 150g Chilli con carne 180g (filet z piersi indyka, cebula, czosnek, passata pomidorowa, fasola czerwona, kukurydza, pomidory, mąka **pszenna**, olej rzepakowy, przyprawy)Kompot agrestowy 200ml (agrest, cukier) | Jogurt owocowy ok. 150ml (z **mleka**) + owoc ok. 150g |
| 08.05.2025Piątek | Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem 300g (makaron (zawiera **pszenica**, **jaja**), marchew, **seler**, pietruszka korzeń, passata pomidorowa, pomidory, masło (z **mleka**), śmietana (z **mleka**), czosnek, bazylia świeża, przyprawy) Ziemniaki 150g (ziemniaki, masło (z **mleka**), sól)Filet rybny z sezamem 90g (**miruna**, bułka tarta (z **pszenicy**), **sezam**, olej rzepakowy, przyprawy)Surówka szwedzka 100g (ogórek kiszony, cebula czerwona, natka pietruszki, olej rzepakowy, przyprawy)Kompot wiśniowy 200ml (wiśnie, cukier) | Jogurt owocowy ok. 150ml (z **mleka**) + owoc ok. 150g |

Zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn obiektywnych.

Sporządził: Malwina Łomnicka Zatwierdził: