Jadłospis

16.06 - 20.06.2025

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Śniadanie - składniki** | **Obiad - składniki** | **Podwieczorek - składniki** |
|  **Poniedziałek****16.06.2025** | Zacierka na mleku 250g**(mleko z laktoza2**%, **mąka pszenna**, **jaja**)Bułka angielka 40g(mąka **pszenn**a typ 650 ,drożdże ,sól **,** woda)Masło ekstra dobre! 5g**(śmietanka** pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%,w tym kwasy tłuszczowe54g, ,cukry0,7g,bialko 0,7g,naturalny sód)Twarożek 20g(**mleko**, **śmietanka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej)Dżem porzeczkowy 5g rzodkiewka10g, ogórek kiszony 5gżurawina suszona 2g | Kapuśniak z ziemniakami 300g (woda, kapusta kiszona, ziemniaki, marchew, pietruszka, **seler** ,por, **jaja, śmietana,** ćwiartka z kurczaka, porcja rosołowa, kiełbasa wiejska, boczek wędzony)Pierogi z mięsa i kapusty z cebulką 120g**(**kapusta kiszona **,** łopatka wieprzowa**, mąka** pszenna **,jaja**, olej, cebula)Jabłko 100gHerbata z cytryną 200ml  | Serek,,Bakuś’’ do kieszonki 130g(**mleko pasteryz.62%, śmietanka** 25%, cukier, skrobia modyfikowana ,odtłuszczone mleko w proszku, substancje zagęszczające : kargen, guma guar , stabilizator :węglan sodu, węglan wapnia ,aromat waniliowy, Biszkopty b/cukru 50g(**mą a pszenna**, olej rzepakowy**, mleko** w proszku odtłuszczone, sól, wodorowęglan sodu) |
| **Wtorek** **17.06.2025** | Herbata z cytryną 200g**(**woda, herbata ,cytryna ,cukier) Chleb 40g**(gluten pszenny**, drożdże, woda ,sól) Masło ekstra dobre! 5g**(śmietanka** pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%,w tym kwasy tłuszczowe54g, ,cukry0,7g,bialko 0,7g,naturalny sód)Parówka na ciepło 20g (mięso wieprzowe, sól, przyprawy, ekstrakty, aromaty mięsne, przeciwutleniacz E300 , ,wzmacniacz smaku, glutaminian monosodowy,substancja konserwująca, azotyn sodu, możliwa obecność **gorczycy** i **glutenu)** pomidorki chery 5g ,Ogórek świeży 10g , papryka świeża | Zupa pomidorowa z ryżem 300g (woda ,ryż , porcja rosołowa ,ćwiartka z kurczaka , koncentrat pom.30%pasteryz , marchew, pietruszka, por, **seler** ,**jogurt** grecki, **śmietana)**Kotlet pożarski 100g( filet z kurczaka , **jaja, gluten** pszenny, olej, )Ziemniaki z koperkiem 180gSurówka meksykańska 120g(kapusta biała, marchew, papryka, kukurydza ,fasola czerwona ,por, oliwa)Jabłko 100gKompot wieloowocowy 200ml (woda, owoce mrożone ,cukier) | Mus owocowo-warzywny 40g(przecier jabłkowy 60%,przecier brzoskwiniowy 30% , przecier dyniowy Gofry b/cukru 50g(**mąka pszenna** ,olej rzepakowy**, mleko** w proszku odtłuszczone, sól ,wodorowęglan sodu) |
| **Środa****18.06.2025** | Kawa mleczna 250g **(mleko z laktoza2**%,**żyto, jęczmień)**Chleb razowy 40g**(**gluten **pszenny,** gluten **żytn**i**,** woda, drożdże, sól) Masło ekstra dobre! 5g**(śmietanka** pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%,w tym kwasy tłuszczowe54g, ,cukry0,7g,bialko 0,7g,naturalny sód)Pasztet drobiowy 10gSer żółty 10gOgórek kiszony10g, kiełki warzywne 2gPomidorek koktajlowy 5g3 |  Zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem300g (woda, szczaw konserwowy ,ziemniaki ,marchew, pietruszka, **seler**, por, **śmietana,** ćwiartka z kurczaka ,porcja rosołowa)Strogonow z makaronem pełnoziarnistym 120g(mięso wieprzowe b/k, papryka św., pieczarka, marchew, ,pietruszka, **seler,** por ,cebula, kukurydza, fasola czerwona, makaron 4 jajeczny: skład mąka **pszenna, mąka razowa, jaja** w proszku), koncentrat pomidorowy**)**Jogurt z musem owocowym 130gKompot wieloowocowy 200ml (woda, owoce mrożone,c ukier)  | Herbata z cytryną 200g**(**woda, herbata ,cytryna ,cukier) Ciasto jogurtowe 100g(**mąka pszenna** ,**jaja** ,marchew, kakao , cukier ,soda oczyszczona)Jabłko 100g |
|  |  |  |  |
| **Czwartek****19.06.2025** |  |  BOŻE CIAŁO |  |
| **Piątek** **20.06.2025** |  | DZIEŃ WOLNY |  |

**Do posiłków używamy przypraw:** pieprz naturalny, pieprz ziołowy, papryka słodka , liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, oregano, sól morska, przyprawa curry, bazylia, zioła prowansalskie, czosnek)

**W jadłospisie wyróżniono produkty mogące powodować alergie lub reakcje nietolerancyjne.**

**Z niezależnych od nas przyczyn jadłospis w danym dniu może ulec zmianie, za co przepraszamy**