



	<i>ŚNIADANIE</i>	<i>OBIAD</i>	<i>PODWIECZOREK</i>
Poniedziałek 14.06.2021	Pieczywo orkiszowe (35g), masło (7g), sałata(3g), pierś z indyka opiekana(25g), ogórek(20g), szczypiorek(3g), kakao na mleku (200ml),	Zupa gulaszowa z mięsem i ziemniakami(250ml), wołowina(20g), papryka(20g), marchewka(10g), pietruszka(10g), seler (5g), pieczarki(5g), ziemniaki(50g), koncentrat pomidorowy(5g), natka(5g), Makaron z serem na słodko z musm truskawkowym(150g), ser(50g), jogurt (20g), truskawki(20g), miód(3g), Kompot wieloowocowy(200ml)	Ciasteczka wielozbożowe (50g), Woda z cytryną(200ml), jabłko
Wtorek 15.06.2021	Pieczywo żytnie (25g), masło (5g), sałata(5g), ser żółty (25g), pomidor(20g), szczypiorek(5g), płatki ryżowe na mleku (200ml), winogron(50g), mięta(200m)	Zupa krupnik z ziemniakami(250ml), marchewka(20g), pietruszka(10g), seler (10g), por(10g), ziemniaki (50g), natka(3g), kasza(20g), Schabowy tradycyjny (56g), ziemniaki(100g), jajko, bułka tarta, mąka. Sałata z jogurtem naturalnym i szczypiorkiem(60g), kompot wiśniowy(200ml).	Bułka wieloziarnista z masłem i wędliną (15g), herbata miętowa(200ml), gruszka
Środa 16.06.2021	Pieczywo słonecznikowe (35g), masło (7g), szynka wiejska(25g), sałata(3g), pomidorki koktajlowe(20g), kawa inka na mleku (200ml),	Zupa z fasoli szparagowej z ziemniakami(250ml), marchewka(10g), pietruszka(15g), por(10g), seler (5g), ziemniaki(50g), śmietana (10g), fasola(30g), natka(5g), Indyk w sosie słodko- kwaśnym (75g), indyk(56g), ryż żółty (100g) marchewka(40g), z jabłkiem (20g), kompot wieloowocowy(200ml),	Kisiel truskawkowy (120ml), biszkopty (25g), banan
Czwartek 17.06.2021	Pieczywo pszenne (25g), masło (5g), dżem (20g), płatki kukurydziane (20g) na mleku (200ml), Herbata rumiankowa, żurawina(20g)	Rosół z makaronem (250g), skrzydło z indyka(20g), wołowina(30g), marchewka(20g), pietruszka(10g), seler (10g), por(10g), (50g), natka(2g), makaron(20g), Gulasz wieprzowy z ziemniakami, (200g), szynka wp. (56g), ziemniaki (100g), Surówka z kapusty czerwonej(60g), jabłko, cebula(3g), olej(2g), Sok (150ml)	Ciasto drożdżowe z serem (50g), herbata rumiankowa(200ml) jabłko
Piątek 18.06.2021	Pieczywo pszenne (35g), masło (7g), twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką(20g), kawa zbożowa na mleku (200ml), morele(20g)	Zupa koperkowa z ziemniakami (250ml), marchewka(20g), pietruszka(10g), seler (10g), koper(50g), ziemniaki(50g), Ryba z warzywami (76g), dorsz(56g), warzywa (20g), kasza bul gur (100g), mix sałat z pomidorem, pestkami słonecznika , oliwa z oliwek(65g), kompot truskawkowy(200ml)	Jogurt z owocami (120g), chrupki (15g), brzoskwinie

Jadłospis tygodniowy może ulec zmianie z powodów technologicznych i przypadków losowych. Pogrubiono alergeny występujące w posiłkach. Wykaz alergenów dostępny u Intendentki

Kucharka

Sporządził

Dyrektor



14.06.2021-Poniedziałek

Zupa gulaszowa z mięsem i ziemniakami(300ml), marchewka(20g), pietruszka(10g), **seler**(10g), por(10g), **koncentrat pomidorowy**(15g), natka(5g), ziemniaki(70g),pieczarki(10g), wołowina(50g),papryka(30g), **pieczywo**
Ciasteczka zbożowe, jabłko

15.06.2021-Wtorek

Pierogi z mięsem(250g), polane okrasą z cebulki
Sok 100%,

16.06.2021-Środa

Zupa z fasoli szparagowej z indykiem i ziemniakami(300ml), marchewka(20g), pietruszka(10g), **seler**(10g), por(10g), ziemniaki(60), **śmietana**(15), fasola(40g), natka(5g), indyk(50g), **pieczywo**,
Jogurt owocowy, chrupki

17.06.2021-Czwartek

Gulasz wieprzowy z ziemniakami(300g), **ziemniaki**(150), szynka(100g), **mąka**(20), śmietana(20g), Surówka z kapusty czerwonej,jabłek i cebulki(80g)
Banan

18.06.2021-Piątek

Ryba w warzywach z ziemniakami(350g), filet z dorsza(100g), **jajka**(10g), **mąka żytnia**(10g), olej(10g), marchewka(30g), pietruszka(15g), por(10g), **seler**(10g), **koncentrat pomidorowy**(5g), **kasza bul gur**(150g), mix sałat z pomidorem, **ziarnem słonecznika** i oliwą z oliwek
Woda, owoc

Jadłospis tygodniowy może ulec zmianie z powodów technologicznych i przypadków losowych. Pogrubiono alergenów występujące w posiłkach. Wykaz alergenów dostępny u Intendentki

Kucharka

Sporządził

Dyrektor