

# JADŁOSPIS

ważny od 10.06. do 14.06.2024

Śniadanie	Poniedziałek 10.06.2024 obiad	Podwieczorek
płatki kukurydziane na mleku 200 ml (7) pieczywo żytnie z dynią 35 g (1) masło 5 g (7) szynka tradycyjna 20 g, cykoria 5 g, pomidor 20 g, rzodkiewka 10 g <b>drugie śniadanie:</b> arbuz 100 g	zupa jarzynowa z ziemniakami 250 ml (9) <b>drugie danie:</b> ryż basmati 30 g kurczak z warzywami po meksykańsku: cebula, czosnek, papryka, pasta pomidorowa, kukurydza, fasola czerwona 120 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	karotka 200 ml wafle kukurydziane
Śniadanie	Wtorek 11.06.2024 obiad	Podwieczorek
płatki owsiane na mleku 150 ml (7) pieczywo kanapkowe 35 g (1) masło 5 g (7) polędwica z indyka 20 g, sałata 5 g, papryka 20 g, ogórek 20 g <b>drugie śniadanie:</b> sok świeżo wyciskany 150 ml	zupa z ciecierzycy 250 ml (7,9) <b>drugie danie:</b> makaron wstążka 30 g (1) z serem białym 30 g (7) i polewą jogurtowo-truskawkową 50 g (7) kompot z owoców mieszanych 200 ml	herbatka owocowa 200 g bułeczka Müsli 35 g (1) masło 5 g (7) pasta z jajka z pomidorem suszonym 20g ogórek małosolny 10 g,
Śniadanie	Środa 12.06.2024 obiad	Podwieczorek
kasza manna na mleku 200 ml (7) chleb wieloziarnisty 35 g (1) masło 5 g (7) ser żółty 20 g (7) sałata 5 g, pomidor 20 g, rzodkiewka 20 g <b>drugie śniadanie:</b> truskawka 50 g	zupa szparagowa z ziemniakami 250 ml (9) <b>drugie danie:</b> kasza bulgur 30 g gulasz wieprzowy 60 g (1,3) ogórek małosolny 20 g kompot truskawkowy 200 ml	Koktajl bananowy na bazie maślanki 150 g (7) chałka 35 g (1,3,7) z masłem 5 g (7)
Śniadanie	Czwartek 13.06.2024 obiad	Podwieczorek
płatki ryżowe 150 ml (7) chleb gruboziarnisty 35 g (1) masło 5 g (7) ser biały 20 g (7) sałata 5 g, pomidor 20 g, kalarepa 20 g <b>drugie śniadanie:</b> jabłko 100 g	zupa pomidorowa z ryżem 250 ml (1,7,9) <b>drugie danie:</b> ziemniaki 150 g kotlet z piersi kurczaka 60g sałata, rzodkiewka, szczypior, oliwa 50 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	lemoniada miętowo-cytrynowa 200 ml, bułka grahamka 25 g (1) masło 5 g (7) kielbasa żywiecka 20g papryka 20g, ogórek małosolny 10 g, banan 100 g
Śniadanie	Piątek 14.06.2024 obiad	Podwieczorek
kawa na mleku 200 ml (7) chleb razowy 40 g, masło 5 g (7) szynka ze wsi 20 g sałata 5 g, pomidor 20 g, ogórki małosolne 20 g <b>drugie śniadanie:</b> morela 50g	zupa krupnik 250 ml (9) <b>drugie danie:</b> ziemniaki 150 g łosoś pieczony 80 g surówka z kapusty kiszzonej 80 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	herbata owocowa 200 ml galaretka z owocami 150 g herbatnik be-be

Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady