

JADŁOSPIS TYGODNIOWY

PONIEDZIAŁEK (30.12.2024)

ŚNIADANIE: kawa **zbożowa** na **mleku** (200g), pieczywo **pszenno-żytnie** z **masłem**, ser żółty, miód, sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (80g)

ŚNIADANIE 2: jabłko (80g)

OBIAD: zupa buraczkowa (250g – zawiera: **seler, mleko**; może zawierać: **jaja, soję, gorczycę i orzeszki ziemne**)

II DANIE (180g): **jajko** sadzone (może zawierać: **mleko, soję, gorczycę, seler, orzeszki ziemne**), ziemniaki, surówka z marchewki na **jogurcie**, woda (200g)

PODWIECZOREK: budyń waniliowy na **mleku** (150g - może zawierać: **orzeszki arachidowe i inne orzechy, gluten, sezam, soję, mleko i gorczycę**), biszkopty (zawiera: **gluten, jaja**)

PRZEGRYZKA: warzywa i owoce mieszane (80g)

WTOREK (31.12.2024)

ŚNIADANIE: płatki **owsiane** na **mleku** (200g), pieczywo **pszenno-żytnie** z **masłem**, dżem 100% owoców, sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (80g)

ŚNIADANIE 2: gruszka (80g)

OBIAD: krupnik z kaszą pęczak (250g – zawiera **seler, gluten**; może zawierać: **jaja, mleko, soję, gorczycę i orzeszki ziemne**)

II DANIE (270g): spaghetti bolońskie (zawiera **gluten**, może zawierać **jaja, mleko, soję, gorczycę, seler, orzeszki ziemne**), ogórek kiszony w słupkach, woda (200g)

PODWIECZOREK: shake waniliowy na **jogurcie** (150g – może zawierać **gluten**), chrupki kukurydziane

PRZEGRYZKA: warzywa i owoce mieszane (80g)

CZWARTEK (02.01.2025)

ŚNIADANIE: płatki kukurydziane na **mleku** (200g), pieczywo **pszenno-żytnie** z **masłem**, wędlina – krakowska parzona (może zawierać: **gluten, mleko, seler, jaja, gorczycę**), sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (80g)

ŚNIADANIE 2: pomarańcze (80g)

OBIAD: zupa ogórkowa (250g – zawiera: **seler, mleko**, może zawierać: **jaja, soję, gorczycę i orzeszki ziemne**)

II DANIE (280g): gulasz wieprzowy (zawiera **mleko, gluten**, może zawierać: **jaja, soję, gorczycę, seler, orzeszki ziemne**), kasza **jęczmienna**, surówka z buraczków, woda (200g)

PODWIECZOREK: mus warzywno-owocowy (100g), herbatniki be-be (zawiera **gluten, mleko, soję**, może zawierać **orzechy**)

PRZEGRYZKA: warzywa i owoce mieszane (80g)

PIĄTEK (03.01.2025)

ŚNIADANIE: bawarka (200g – zawiera **mleko**), pieczywo **pszenno-żytnie** z **masłem**, **jajko** w plasterkach, serek kanapkowy almette (zawiera **mleko**), sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (70g)

ŚNIADANIE 2: melon (100g)

OBIAD: zupa pomidorowa z makaronem (250g – zawiera **seler**, **gluten**, **mleko**; może zawierać: **jaja**, **soję**, **gorczycę** i **orzeszki ziemne**)

II DANIE (240g): paluszki **rybne** z pieca (zawiera **gluten**), ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty (może zawierać **jaja**, **mleko**, **soję**, **gorczycę**, **seler**, **orzeszki ziemne**), woda (200g)

PODWIECZOREK: domowe monte z kaszy manny na **mleku** (150g – zawiera **gluten**)

PRZEGRYZKA: warzywa i owoce mieszane (80g)

* informujemy, że z przyczyn niezależnych jadłospis może ulec zmianie