

# JADŁOSPIS TYGODNIOWY

## WTOREK (22.04.2025)

ŚNIADANIE: płatki kukurydziane na **mleku** (200g – może zawierać **soję**), pieczywo **pszenno-żytnie** z **masłem**, wędlina – szynka z piersią indyka (zawiera: **soję, gluten, seler**; może zawierać: **jaja, mleko, gorczycę**), dżem 100% owoców, sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (80g)

ŚNIADANIE 2: banan (100g)

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

II DANIE (180g): racuchy z cukrem pudrem (zawiera: **gluten, jaja, mleko**), woda (200g)

PODWIECZOREK: budyń czekoladowy na **mleku** z musem malinowym (150g - może zawierać: **orzeszki arachidowe i inne orzechy, gluten, sezam, soję, mleko i gorczycę**), chrupasy zbożowo-ryżowe (zawiera: **gluten; soję**, może zawierać: **jaja, sezam, orzechy**)

PRZEGRYZKA: owoce i warzywa mieszane (80g)

## ŚRODA (23.04.2025)

ŚNIADANIE: kakao na **mleku** (200g), bułki **pszenne i graham** z **masłem**, wędlina – krakowska parzona (zawiera **gluten**, może zawierać: **mleko, jaja, seler i gorczycę**), **ser** żółty, sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (80g)

ŚNIADANIE 2: banan (80g)

OBIAD: zupa grochowa (250g – zawiera: **seler, soję** może zawierać: **gluten, jaja, mleko** łącznie z **laktozą, gorczycę, orzeszki ziemne, dwutlenek siarki i siarczyny**)

II DANIE (260g): filet z piersi kurczaka po parysku (zawiera: **gluten, jaja** może zawierać: **mleko, seler, soję, gorczycę, orzeszki ziemne, sezam**), ziemniaki, bukiet warzyw na parze, woda (200g)

PODWIECZOREK: kaszka kukurydziana na **mleku** z truskawkami (150g – może zawierać: **orzeszki arachidowe i inne orzechy, gluten, sezam, soję i gorczycę**)

PRZEGRYZKA: owoce i warzywa mieszane (80g)

## CZWARTEK (24.04.2025)

ŚNIADANIE: płatki owsiane na **mleku** (200g – zawiera **gluten**), pieczywo **pszenno-żytnie** z **masłem**, miód, **ser** żółty, sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (70g)

ŚNIADANIE 2: gruszka (80g)

OBIAD: zupa-krem z białych warzyw (250g – zawiera: **seler**; może zawierać: **jaja, mleko, soję, gorczycę i orzeszki ziemne**)

II DANIE (270g): gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (zawiera: **jaja, gluten, mleko**; może zawierać: **soję, gorczycę, seler i orzeszki ziemne**), ziemniaki, surówka z **selera** na **jogurcie**, woda (200g)

PODWIECZOREK: gofry z cukrem pudrem (50g – może zawierać **gluten, jaja, mleko**), **mleko**

PRZEGRYZKA: owoce i warzywa mieszane (80g)

## PIĄTEK (25.04.2025)

ŚNIADANIE: bawarka (200g – zawiera **mleko**), pieczywo **pszenno-żytnie z masłem**, pasta **jajeczna** (zawiera **mleko**, może zawierać **soję, gorczycę, seler i orzeszki ziemne**), serek kanapkowy śmietankowy (zawiera **mleko**), sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (70g)

ŚNIADANIE 2: ogórek (80g)

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

II DANIE (270g): filet z **łososia** z pieca (może zawierać: **mleko, jaja, soję, gorczycę, seler, orzeszki ziemne**), ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty (może zawierać: **jaja, mleko, soję, gorczycę, seler, orzeszki ziemne**), woda (200g)

PODWIECZOREK: koktajl jagodowy na **jogurcie** (150g – może zawierać **gluten**), chipsy **orkiszowe**

PRZEGRYZKA: owoce i warzywa mieszane (80g)

\* informujemy, że z przyczyn niezależnych jadłospis może ulec zmianie