

JADŁOSPIS TYGODNIOWY

PONIEDZIAŁEK (23.06.2025)

ŚNIADANIE: kawa **zbożowa** na **mleku** (200g), pieczywo **pszenno-żytnie** z **masłem**, parówki z szynki (może zawierać: **soję, seler, gorczycę, mleko**), ketchup pomidorowy (może zawierać **seler**), serek kanapkowy śmietankowy (zawiera **mleko**), sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (80g)

ŚNIADANIE 2: arbuz (80g)

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

II DANIE (250g): **jajko** sadzone (może zawierać: **mleko, soję, gorczycę, seler, orzeszki ziemne**), ziemniaki, surówka z ogórka z sosem winegret (może zawierać **jaja, mleko, soję, gorczycę, seler, orzeszki ziemne**), woda (200g)

PODWIECZOREK: ciasto czekoladowe „murzynek” (40g – zawiera: **gluten, jaja, mleko**), **mleko** (150g)

PRZEGRYZKA: owoce i warzywa mieszane (80g)

WTOREK (24.06.2025)

ŚNIADANIE: kakao na **mleku** (200g), pieczywo **pszenno-żytnie** z **masłem**, wędlina – polędwica sopocka (zawiera: **soję**; może zawierać: **gluten, mleko seler, gorczycę**), twarożek z rzodkiewką (zawiera **mleko**), sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (80g)

ŚNIADANIE 2: truskawki (100g)

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

II DANIE (280g): drobiowy kotlet pożarski (zawiera: **gluten, jaja, mleko**; może zawierać: **soję, gorczycę, seler, orzeszki ziemne**), ziemniaki, surówka z kalafiora na **jogurcie** (zawiera **mleko**), woda (200g)

PODWIECZOREK: budyń waniliowy na **mleku** z truskawkami (150g – zawiera: **gluten**), podplomyki bezcukrowe (zawiera gluten)

PRZEGRYZKA: owoce i warzywa mieszane (80g)

ŚRODA (25.06.2025)

ŚNIADANIE: kakao na **mleku** (200g), bułki **pszenne i graham** z **masłem**, wędlina - schab pieczony (może zawierać **jaja, mleko, soję, gorczycę, seler i orzeszki ziemne**), **ser** żółty, sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (80g)

ŚNIADANIE 2: banan (120g)

OBIAD: kapuśniak z młodej kapusty (250g – zawiera **seler**; może zawierać: **jaja, mleko, gluten, soję, gorczycę i orzeszki ziemne**)

II DANIE (270g): schab a'la strogonow (może zawierać: **jaja, mleko, soję, gorczycę, seler i orzeszki ziemne**), puree ziemniaczane (zawiera **mleko**), surówka z **selera** na **jogurcie**, woda (200g)

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

PRZEGRYZKA: owoce i warzywa mieszane (80g)

CZWARTEK (26.06.2025)

ŚNIADANIE: płatki owsiane na **mleku** (200g – zawiera **gluten**), pieczywo **pszenno-żytnie** z **masłem**, dżem 100% owoców, **ser** żółty, sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (70g)

ŚNIADANIE 2: morele (100g)

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

II DANIE (270g): zraziki wołowo-wieprzowe bez zawijania (zawiera: **gluten**, **jaja**, **soję**, **mleko**, może zawierać: **gorczycę**, **seler**, **orzeszki ziemne**), ziemniaki, surówka z buraczków, woda (200g)

PODWIECZOREK: deser **jogurtowy** z malinami (150g – może zawierać: **gluten**), słomka ptysiowa (zawiera: **jaja**, **gluten**, **mleko**)

PRZEGRYZKA: owoce i warzywa mieszane (80g)

PIĄTEK (27.06.2025)

ŚNIADANIE: bawarka (200g – zawiera **mleko**), pieczywo **pszenno-żytnie** z **masłem**, pasta z **makreli** i **jajka** (zawiera **gorczycę**; może zawierać: **mleko**, **soję**, **seler** i **orzeszki ziemne**), **ser** żółty, sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (70g)

ŚNIADANIE 2: ogórek (80g)

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

II DANIE (270g): filet z **dorsza** po grecku z warzywami (zawiera **jaja**, **gluten**, **seler**; może zawierać: **mleko**, **soję**, **gorczycę**, **orzeszki ziemne**), ziemniaki, woda (200g)

PODWIECZOREK: pudding ryżowy na **mleku** z musem jabłkowym (150g – może zawierać: **gluten**)

PRZEGRYZKA: owoce i warzywa mieszane (80g)

* informujemy, że z przyczyn niezależnych jadłospis może ulec zmianie