

JADŁOSPIS TYGODNIOWY

PONIEDZIAŁEK (30.06.2025)

ŚNIADANIE: kawa **zbożowa** na **mleku** (200g), pieczywo **pszenno-żytnie** z **masłem**, wędlina – szynka rubinka (może zawierać: **gluten, mleko, seler, gorczycę**), serek topiony z szynką (zawiera **mleko**), sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (80g)

ŚNIADANIE 2: LODY WANILIOWE (110ml – zawiera **gluten, mleko**; może zawierać **orzechy**)

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

II DANIE (270g): pieczeń rzymska (zawiera **jaja, gluten**; może zawierać: **mleko, soję, gorczycę, seler, orzeszki ziemne**) kasza jęczmienna pęczak (zawiera **gluten**), surówka z buraczków, woda (200g)

PODWIECZOREK: koktajl truskawkowy na **jogurcie** (150g – może zawierać **gluten**), sucharki bezcukrowe (zawiera **gluten, jaja, soję**)

PRZEGRYZKA: owoce i warzywa mieszane (80g)

WTOREK (01.07.2025)

ŚNIADANIE: zacierki na **mleku** (200g – zawiera **gluten**), pieczywo **pszenno-żytnie** z **masłem**, **ser** żółty, 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 (250g): pyzy z mięsem (zawiera: **gluten, jaja**, może zawierać: **mleko, soję, gorczycę, seler, orzeszki ziemne**), surówka z marchewki i jabłka na **jogurcie**, woda (200g)

PODWIECZOREK: jagodowe ptasie mleczko na **jogurcie** (150g – może zawierać: **gluten**)

PRZEGRYZKA: owoce i warzywa mieszane (80g)

ŚRODA (02.07.2025)

ŚNIADANIE: kakao na **mleku** (200g), bułki **pszenne i graham** z **masłem**, pasta z kielbaski (zawiera **jaja, gorczycę**; może zawierać: **soję, mleko, seler**), **ser** żółty, sałata, ogórek, rzodkiewka, pomidor (80g)

ŚNIADANIE 2: gruszka (90g)

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

II DANIE (280g): kotlet po czesku z warzywami (zawiera: **jaja, seler, gluten**; może zawierać: **soję, mleko, gorczycę, seler**), ziemniaki, surówka z kalafiora na **jogurcie** (zawiera **mleko**),

PODWIECZOREK: drożdżówka ze rabarbarem (40g – zawiera **gluten, jaja, mleko**), **mleko**

PRZEGRYZKA: owoce i warzywa mieszane (80g)

CZWARTEK (03.07.2025)

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

ŚNIADANIE 2: morele (100g)

OBIAD: rosół z lanymi kluseczkami (250g – zawiera: **seler, jaja, gluten**; może zawierać: **soję, gorczycę i orzeszki ziemne**)

II DANIE (270g): devolay z piersi kurczaka (zawiera: **gluten, jaja**, może zawierać: **mleko, seler, soję, gorczycę, orzeszki ziemne, sezam**), ziemniaki, mizeria na **jogurcie** (może zawierać: **jaja, soję, gorczycę, seler, orzeszki ziemne**), woda (200g)

PODWIECZOREK: galaretką z **jogurtem** (150g), pieczywo lekkie **żytnie**

PRZEGRYZKA: owoce i warzywa mieszane (80g)

PIĄTEK (04.07.2025)

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

ŚNIADANIE 2: arbuz (80g)

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

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

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

PRZEGRYZKA: owoce i warzywa mieszane (80g)

* informujemy, że z przyczyn niezależnych jadłospis może ulec zmianie