

Poniedziałek 26.05

Śniadanie:

Makaron drobna muszelka na mleku (1,7); Dieta bezmleczna: Makaron drobna muszelka (1) na mleku roślinnym
Chleb mieszany (wielozłazisty i razowy) (1) z masłem (7), i pastą twarogową ze szczypiorzkiem (7) – wyrób własny (ser twarogowy, śmietana 12%, szczypiorz, sól, pieprz) , Dieta bezmleczna: serek kozzi ze szczypiorzkiem,
papryka żółta
Herbata owocowa

Obiad:

Kapuśniak z ziemniakami (9), (wywar warzywny: kapusta kiszona, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy)

Makaron pszenney świder z polewą jogurtowo-jagodową (7) Dieta bezmleczna: Makaron pszenney świder z polewą jagodową na jogurcie roślinnym, marchewka do chrupania

Kompot wiśniowy

Podwieczorek:

Banan

Wtorek 27.05

Śniadanie:

Parówki z szynki z ketchupem

Chleb żytni (1) z masłem (7) dieta bezmleczna: masło bez laktozy, pomidor

Kawa zbożowa (1,7) Dieta bezmleczna: Kawa zbożowa na mleku bez laktozy

Obiad:

Krupnik z 3 kasz z ziemniakami (1,9), (wywar warzywny: kasza jęczmienna, kasza jagłana, kasza pęczak, ziemniaki, pietruszka, seler, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy)

Pieczony kotlet mielony z piersi kurczaka z ziemniakami, surówka porowa z kukurydzą

Kompot owocowy

Podwieczorek:

Panna cotta z musem truskawkowym (7) – wyrób własny (mleko, śmietana 30%, cukier waniliowy, żelatyna; truskawki, cukier)

Dieta bezmleczna: Panna cotta z musem truskawkowym – wyrób własny (mleko kokosowe, cukier waniliowy, żelatyna; truskawki, cukier)

½ Banana

Środa 28.05

Śniadanie:

Stół szwedzki: ½ jajka (3), serek kanapkowy (7), dieta bezmleczna: serek kozzi roślinny, dżem truskawkowy; papryka, sałata lodowa, ogórek kiszony

Chleb żytni (1) z masłem (7); dieta bezmleczna: masło bez laktozy

Kakao na mleku (7)

Dieta bezmleczna; Kakao na mleku roślinnym

Obiad:

Barszcz biały z jajkiem, białą kielbaską z szynki i ziemniakami (3,9), (wywar warzywny: zakwas, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy)

Gulasz z łopatki wieprzowej z kaszą bulgur, surówka z czerwonej kapusty i marchewki

Woda z pomarańczą

Podwieczorek:

Jogurt bananowy z kawałkami gorzkiej czekolady (7) – wyrób własny (jogurt naturalny, banan, czekolada gorzka)

Dieta bezmleczna: Jogurt bananowy z kawałkami gorzkiej czekolady – wyrób własny (jogurt roślinny, banany, gorzka czekolada)

½ Jabłka

Czwartek 29.05

Śniadanie:

Bananowa owsianka na mleku (7); Dieta bezmleczna: Bananowa owsianka na mleku bez laktozy

Bułka wieloziarnista i kajzerka pszenna (1) z masłem(7) dieta bezmleczna: masło bez laktozy i pastą tuńczykowo-jajeczną (3,4) – wyrób własny (tuńczyk, jaja, majonez, sól, pieprz); ogórek

Herbata owocowa

Obiad:

Zupa szczawiowa z jajkiem i ziemniakami (3,9), (wywar warzywny: szczaw, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

Kopytka z jogurtem naturalnym (7), marchewka do chrupania

Lemoniada cytrusowa – wyrób własny (pomarańcze, limonka, cytryna)

Podwieczorek:

Koktajl mleczno-bananowy (7) – wyrób własny (mleko, banany)

Dieta bezmleczna: Koktajl mleczno-bananowy – wyrób własny (mleko roślinne, banany)

Winogron

Piątek 30.05

Śniadanie:

Truskawkowa kasza manna na mleku (7)

Dieta bezmleczna: Truskawkowa kasza manna na mleku bez laktozy

Chleb żytni (1) z masłem (7) Dieta bezmleczna: rogal pszenny (1) z masłem bez laktozy i jajkiem (3);

Herbata owocowa

Obiad:

Zupa pomidorowa z ryżem (9), (wywar warzywny: passata pomidorowa, marchew, pietruszka, seler, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

Pieczony kotlet rybny z mintaja (4) z ziemniakami, mizeria (7) – wyrób własny (ogórki zielone, jogurt naturalny, sól, pieprz)

Woda z limonką

Podwieczorek:

Jogurt pitny Actimel (7)

Dieta bezmleczna: Jogurt roślinny

½ Gruszki

***Zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn obiektywnych**

Wielkości porcji:

Zupy: 150-200 ml

Ziemniaki: 150-200g; Mięso: 60g; Ryba: 60g

Surówki: 30-40g

Masło, pasty: 5-10 g

Napoje: 150 - 180 ml

Owoce: 80-150 g (porcja)

Warzywa : 80-100 g (porcja)

Mleko: 200g

Pieczyno: 40-60g

W ciągu dnia dzieci mają dostęp do wody niegazowanej z dystrybutorów

Numery alergenów występujących w posiłkach:

1. Zboża zawierające **gluten**, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne
2. **Skorupiaki** i produkty pochodne
3. **Jaja** i produkty pochodne
4. **Ryby** i produkty pochodne
5. **Orzeszki ziemne**
6. **Soja** i produkty pochodne
7. **Mleko** i produkty pochodne
8. **Orzechy**
9. **Seler** i produkty pochodne
10. **Gorczyca** i produkty pochodne
11. **Nasiona sezamu** i produkty pochodne
12. **Dwutlenek siarki (SO₂)**
13. **Łubin** i produkty pochodne
14. **Mięczaki** i produkty pochodne