

JADŁOSPIS MAJ 2024R.

CZWARTEK - 02.05.2024r. /1,3,7,9/

Śniadanie - mleko /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, kielbasa krakowska /20g/, ser żółty /20g /, ogórek /10g/, pomidor /10g/, papryka /10g/, miód /5g/ , dżem /5g/

Obiad – zupa pomidorowa z ryżem /200ml/ , pierogi z serem i śmietaną /150g/ , surówka z marchwi i jabłka /70g/, sok pomarańczowy /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /100g/, miód /20g/, mus owocowy /100g/, sok jabłkowy /200ml/

PONIEDZIAŁEK - 06.05.2024r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z makaronem gwiazdki /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynka /20g/, ser żółty /20g /, ogórek /10g/, pomidor /10g/, papryka /10g/, miód /5g/ , dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad – zupa ogórkowa z ziemniakami /200ml/, naleśniki z serem i śmietaną /160g/, jabłko tarte /50g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – bułka kajzerka /70g/, szynka /20g/, ogórek /5g/, mus owocowy /100g/, sok jabłkowy /200ml/

WTOREK - 07.05.2024r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami orkiszowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, twarożek domowy ze szczypiorkiem i rzodkiewką /40g/, polędwica sopocka /20g/, pomidor /10g/, ogórek /10g/, papryka /10g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – barszcz czerwony z ziemniakami /200ml/, filet z indyka w sosie serowo-śmietanowym /70g/, ryż /100g/, bukiet warzyw /70g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – budyń /100g/, wafle kukurydziane /2szt./, mus truskawkowy /150g/, sok jednodniowy „Piracki” (jabłko, rabarbar, burak, cytryna) /200ml/

ŚRODA - 08.05.2024r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami jaglanymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, kielbasa krakowska /20g/, ser żółty /20g /, pomidor /10g/, ogórek /10g/, miód /5g/ , dżem /5g/ , mięta /200ml/

Obiad – zupa neapolitańska z makaronem gwiazdki /200ml/, kotlet drobiowy w otrębach /70g/, ziemniaki /100g/, surówka z warzyw mieszanych w sosie winegret /70g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, miód /5g/, melon /150g/, herbata owocowa /200ml/

CZWARTEK - 09.05.2024r. /1,3,7,9/

Śniadanie - kakao /200ml/, Szwedzki stół - pieczywo mieszane z masłem /70g/, półmisek wędlin : polędwica sopocka , salami, kielbasa z piersi kurczaka, szynka /50g/, ser żółty /20g/, półmisek z warzywami: pomidor , ogórek, rzodkiewka, sałata, papryka /50g/, serek waniliowy /20g/

Obiad – krem z białych warzyw z grzankami /200ml/ , gulasz wieprzowy /70g/, kasza pęczak /100g/, surówka z pomidorów z cebulą /70g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, serek „Piątuś” /100g/, gruszka /150g/, herbata owocowa /200ml/

PIĄTEK – 10.05.2024r. /1,3,4,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami żytnimi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynka konserwowa /20g/, ser żółty /20g/, pomidor /10g/, ogórek /10g/, papryka/10g/,miód /5g/, dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad - zupa pomidorowa z ryżem /200ml/, miruna smażona/100g/ , ziemniaki /150g/, surówka z kapusty kiszzonej /70g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – ciasto jogurtowe /150g/, jabłko /100g/, herbata owocowa /200ml/

PONIEDZIAŁEK - 13.05.2024r./1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z zacierkami /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, polędwica sopocka/20g/, twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką /40g/, pomidor /10g/, ogórek /10g/,papryka/10g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – kapuśniak z ziemniakami /200ml/, pierogi z serem i śmietaną /150g/ , surówka z marchwi z jabłka z sosem jogurtowym /70g/, kompot /200ml/

Podwieczorek- babka piaskowa – wyrób własny /100g/, arbuz /150g/, sok jabłkowy /200ml/

WTOREK - 14.05.2024r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami ryżowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, parówki /70g/, keczup /2g/, sałata /2g/, miód /5g/, dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad – zupa z soczewicy z ziemniakami /200ml/, gulasz węgierski /70g/, kopytka /150g/, marchew z groszkiem /70g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – chałka z masłem /70g/, mus owocowy /150 g/, kakao /200ml/

ŚRODA - 15.05.2024r. /1,3,7,9/ **DZIEŃ ŻÓŁTO-POMARAŃCZOWY**

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynka /20g/,ser żółty i pomarańczowy/20g/ , półmisek warzyw żółtych i pomarańczowych /20g/, miód /5g/, dżem brzoskwiniowy/5g/,herbata pomarańczowa/200ml

Obiad – krem marchewkowy z grzankami /200ml/, pierś z kurczaka w curry /70g/, kasza bulgur /100g/,żółta fasola szparagowa /70g/, lemoniada pomarańczowo-cytrynowa /200ml/

Podwieczorek – sernik na zimno żółto-pomarańczowy- wyrób własny /150g/ ,biszkopty /50g/, banan /150g/, sok pomarańczowy /200ml/

CZWARTEK - 16.05.2024r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z kaszą manną /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, Szwedzki stół - półmisek wędlin: polędwica sopocka, kiełbasa krakowska, kiełbasa z piersi kurczaka, szynka /50g/, ser żółty /20g/, półmisek warzyw: pomidor , ogórek, rzodkiewka, sałata, papryka /50g/, dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad – barszcz ukraiński /200ml/, polędwica wieprzowa w płatkach kukurydzianych /70g/, ziemniaki /100g/,sałata z jogurtem greckim /70g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, serek waniliowy /100g/, chipsy jabłkowe /20g/, herbata owocowa /200ml/

PIĄTEK - 17.05.2024r. /1,3,4,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami gryczanymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynka konserwowa /20g/, pomidor /10g/, ogórek /10g/, papryka /10g/, ser żółty /20g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa pieczarkowa z makaronem gwiazdki /200ml/, miruna smażona /100g/, ziemniaki /150g/, surówka z buraków i ogórka kiszzonego /70g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – bułeczka drożdżowa z nadzieniem /70g/, jabłko /150g/, herbata owocowa /200ml/

PONIEDZIAŁEK - 20.05.2024r./1,3,7,9/

Śniadanie- zupa mleczna z makaronem gwiazdki /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, ser żółty/20g/, szynka /20g/, ogórek /10g/, pomidor /10g/, papryka/10g/, miód /5g/, dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad – zupa koperkowa z ryżem /200ml/, ziemniaki /150g/, schab pieczony /70g/, mizeria z jogurtem greckim /70g/, kompot truskawkowy/200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, kiełbasa z piersi kurczaka /20g/, sałata /2g/, gruszka /100g/, herbata owocowa /200ml/

WTOREK - 21.05.2024r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami orkiszowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, polędwica sopocka /20g/, twarożek domowy ze szczypiorkiem i rzodkiewką /20g/, pomidor /10g/, ogórek /10g/, papryka /10g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – krupnik z ziemniakami /200ml/, spaghetti bolognese /150g/, surówka z ogórka kiszzonego /70g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – budyń/150g/, słomki kukurydziane /2 szt./, mus truskawkowy /100g/, sok jednodniowy „Zielona lemoniada” (jabłko, ogórek, szpinak, cytryna) /200ml/

ŚRODA - 22.05.2024r. /1,3,7,9/ Menu wybrane przez dzieci z grupy II



Śniadanie – zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynka konserwowa /20g/, ser żółty /20g/, ogórek /10g/, sałata /10g/, miód /5g/, dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad – rosół drobiowo - wołowy z makaronem /200ml/, naleśniki z serem twarogowym i śmietaną /160g/, jabłko tarte/50g/, kompot truskawkowy /200ml/

Podwieczorek – galaretka /150g/, biszkopty /2szt./, mus owocowy /100g/, sok pomarańczowy /200ml/

CZWARTEK - 23.05. 2024r. /1,3,7,9/

Śniadanie - kakao/200ml/, Szwedzki stół - pieczywo mieszane z masłem /70g/, półmisek wędlin: polędwica sopocka, kiełbasa krakowska, kiełbasa z piersi kurczaka, szynka, pasztet-wyrób własny /50g/, ser żółty /20g/, półmisek warzywami: pomidor, ogórek, rzodkiewka, sałata, papryka /50g/, serek waniliowy /20g/

Obiad – krem brokułowy z grzankami /200ml/, pieczone udo z kurczaka/70g/, ziemniaki /150g/, pomidory z cebulą /70g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem/70g/, serek „Piątuś” /100g/, śliwki /150g/, sok jabłkowy /200ml/

PIĄTEK - 24.05.2024r. /1,3,4,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami żytnimi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, kiełbasa krakowska /20g/, ser żółty /20g /, ogórek /10g/, pomidor /10g/, papryka /10g/, miód /5g/ , dżem /5g/, mięta /150g/

Obiad – zupa szczawiowa z ziemniakami / 200ml/, makaron z serem i truskawkami /150g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – ciasto marchewkowe /150g/, jabłko /150g/, herbata owocowa /200ml/

PONIEDZIAŁEK - 27.05.2024r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami ryżowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem/70g/, ser żółty/20g/, kiełbasa z piersi kurczaka /20g/, ogórek /10g/,pomidor /10g/,papryka/10g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – barszcz biały z ziemniakami /200ml/, kluski leniwe /160g/, surówka z marchewki i jabłka z jogurtem greckim/50g/, kompot truskawkowy/200ml/

Podwieczorek – ciasto kakaowe – wyrób własny /100g/, mus owocowy /150g/, herbata owocowa /200ml/

WTOREK – 28.05.2024r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami owsianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, parówki /70g/, keczup /2g/, sałata /2g/ miód /5g/ , dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad – zupa pomidorowa z makaronem /200ml/, kotlet mielony /70g/, ziemniaki /150g/, buraki /70g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, jajko /20g/,szynka/20g/, sałata /2g/, jabłko /150g/, sok jabłkowy /200ml/

ŚRODA - 29.05.2024r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z zacierkami /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/,połędwica sopocka /20g/, twarożek domowy ze szczypiorkiem i rzodkiewką /60g/, papryka /10g/, ogórek /10g/, miód /5g/ , dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad- zupa zacierkowa z ziemniakami /200ml/, pierogi z truskawkami i śmietaną /150g/ , kompot /200ml/

Podwieczorek – kisiel – wyrów własny/150g/, biszkopty /50g/, banan /150g/

PIĄTEK - 31.05.2024r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami gryczanymi/200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/,szynka /20g/, ser żółty/20g/ ,pomidor /10g/, ogórek /10g/,papryka/10g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa kalafiorowa z ryżem /200ml/, miruna smażona /100g/, ziemniaki /150g/, marchew mini /50g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, kielbasa z piersi kurczaka /20g/, sałata /2g/, chipsy jabłkowe /100g/, herbata owocowa /200ml/

NA II ŚNIADANIE DO CHRUPANIA KALAREPA , MARCHEWKA, BIAŁA RZODKIEW , OWOC, MUS OWOCOWY, CHIPSY OWOCOWE, CHIPSY WARZYWNE

ALERGENY

Podane w jadłospisie liczby oznaczają wymienione niżej alergeny

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji /wg załącznika II do Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011r./

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne
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 w stężeniach wyższych niż 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców.
13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne



SMACZNEGO !!!!
