

JADŁOSPIS CZERWIEC 2024R.



PONIEDZIAŁEK - 03.06.2024r. /1,3,7,9/ DZIEŃ DZIECKA

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami czekoladowymi lub kukurydzianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, kanapki do wyboru z : polędwica sopocka ,kielbasa krakowska, kielbasa z piersi kurczaka, szynka , ser żółty /50g/, warzywa: pomidor , ogórek, rzodkiewka, sałata, papryka /50g/, mięta /200ml/

II śniadanie – każda grupa robi pizzę z Panią Dyrektor

Obiad – naleśniki, do wyboru: z serem, jabłkiem prażonym, dżemem /200g/, lemoniada /200ml/

Podwieczorek – chałka z nutellą /100g/, arbuz /150g/, sok „Kubuś” /200ml/

WTOREK - 04.06.2024r. /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 – zupa neapolitańska z makaronem gwiazdki /200ml/, kotlet drobiowy w otrębach /70g/, ziemniaki /100g/, surówka z warzyw mieszanych w sosie winegret /70g/, kompot /200ml/

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

ŚRODA - 05.06.2024r. /1,3,7,9/

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

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

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, dżem /5g/, mus owocowy „Fanaberia” (jabłko, banan, rabarbar, burak) z dodatkiem lio ananasa /150g/, herbata owocowa /200ml/

CZWARTEK - 06.06.2024r. /1,3,7,9/

Śniadanie - kakao /200ml/, Szwedzki stół - pieczywo mieszane z masłem /70g/, półmisek wędlin : polędwica sopocka ,kielbasa krakowska, 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 po węgiersku /70g/, kasza pęczak /100g/, surówka z pomidorów z cebulą /70g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, jogurt truskawkowy /100g/, morela /150g/, herbata owocowa /200ml/

PIĄTEK – 07.06.2024r. /1,3,4,7,9/

Śniadanie - pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynka konserwowa /20g/, polędwica drobiowa /20g/, pomidor /10g/, ogórek /10g/, papryka/10g/,miód /5g/, dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad /Podwieczorek – makaron świderki z serem i truskawkami /150g/, jabłko /100g/, herbata owocowa /200ml/

PONIEDZIAŁEK - 10.06.2024r./1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z zacierkami /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, polędwica sopocka/20g/, ser żółty /20g/, 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- bułeczka maślana z masłem /100g/, banan /150g/, sok jabłkowy /200ml/

WTOREK - 11.06.2024r. /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 wołowy /70g/, kopytka /150g/, marchew z groszkiem /70g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – bułka kajzerka /70g/,kielbasa krakowska /10g/,ser żółty/10g/,ogórek /5g/,pomidor/5g/, mus owocowy /150 g/, kakao /200ml/

ŚRODA - 12.06.2024r. /1,3,7,9/

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

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

Podwieczorek - sernik na zimno – wyrób własny /150g/,wafle kukurydziane /2szt./ ,truskawki /150g/, herbata owocowa /200ml/

CZWARTEK - 13.06.2024r. /1,3,7,9/

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

Obiad – barszcz ukraiński /200ml/, łazanki /150g/, surówka z ogórka kiszzonego /70g/, kompot /200ml/

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

PIĄTEK - 14.06.2024r. /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 – bułka drożdżowa z nadzieniem /70g/, jabłko /150g/, herbata owocowa /200ml/

PONIEDZIAŁEK - 17.06.2024r./1,3,7,9/

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

Obiad – zupa szczawiowa z jajkiem i ziemniakami /200ml/, naleśniki z serem twarogowym i śmietaną /160g/, jabłko tarte/50g/, kompot truskawkowy/200ml/

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

WTOREK - 18.06.2024r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami jaglanymi /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 – chałka z masłem /70g/, jabłko /150g/, sok jednodniowy „Wiśniówka” (jabłko, pomarańcza, wiśnia)/200ml/

ŚRODA - 19.06.2024r. /1,3,7,9/ Menu wybrane przez dzieci z grupy I



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

Obiad – rosół drobiowo - wołowy z makaronem /200ml/, ziemniaki /150g/, nuggetsy /70g/, surówka z kiszzonej kapusty, marchewki, jabłka z oliwą z oliwek /70g/, kompot truskawkowy /200ml/

Podwieczorek – galaretki /150g/, biszkopty /50g/, truskawki/150g/, sok pomarańczowy /200ml

CZWARTEK - 20.06. 2024r. /1,3,7,9/

Śniadanie - kakao/200ml/, Szwedzki stół - pieczywo mieszane z masłem /70g/, półmisek wędlin: polędwica sopocka, kielbasa krakowska, kielbasa 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/, mizeria z jogurtem /70g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem/70g/, skyr truskawkowy /150g/, brzoskwinia /150g/, sok jabłkowy /200ml/

PIĄTEK - 21.06.2024r. /1,3,4,7,9/

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

Obiad – zupa koperkowa z ryżem / 200ml/, miruna smażona /100g/, ziemniaki /150g/, surówka z kiszanej kapusty, marchewki, jabłka z oliwą z oliwek /50g/, kompot /200ml/

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

PONIEDZIAŁEK - 24.06.2024r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami ryżowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem/70g/, ser żółty/20g/, kielbasa 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/, chipsy jabłkowe /20g/, herbata owocowa /200ml/

WTOREK – 25.06.2024r. /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/, buraczki /70g/, herbata owocowa /200ml/

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

ŚRODA - 26.06.2024r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z zacierkami /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/,polędwica 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 mięsem /150g/ ,ogórek małosolny /50g/, kompot /200ml/

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

CZWARTEK - 27.06.2024r. /1,3,7,9/

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

Obiad – zupa ogórkowa z ziemniakami /200ml/ , gulasz z indyka /70g/, kasza bulgur /150g/, brokuły /70g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /100g/, serek waniliowy /100g/,jabłko /150g/, kakao /200ml/

PIĄTEK - 28.06.2024r. /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 – sernik na zimno – wyrób własny /150g/, biszkopty /50g/, mus owocowy /150g/, herbata owocowa /200ml/

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

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 !!!!
