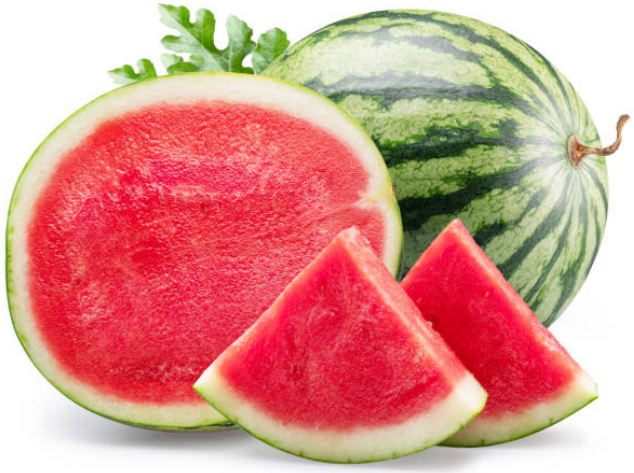
Jadłospis dekadowy od 19.05.2025 do 23.05.2025			
Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
19.05.25 Poniedziałek 979 kcal 	Chleb pszenno żytni **(pszenica, żyto)**, chleb razowy **(pszenica, żyto, słód jęczmienny)**, **masło 82%**, **serek śmietankowy**, pomidor, zielona cebulka, kakao na **mleku 2%**. Arbuz – 326 kcal	Zupa botwinka na wywarze jarzynowym (marchewka, pietruszka, por, **seler**, kapusta włoska, cebula, botwinka) z ziemniakami i zieloną pietruszką, zabielana **(śmietana 12%).** Pulpety z indyka w sosie pomidorowym **(pszenica, jaja)**, kasza jaglana na sypko, kalafior na parze, kompot wiśniowy – 458 kcal	**Jogurt greki** ze świeżymi truskawkami, pieczywo chrupkie. Woda mineralna z miętą i cytryną – 195 kcal
20.05.25 Wtorek 985 kcal 	Chleb pszenno żytni **(pszenica, żyto)**, chleb razowy **(pszenica, żyto, słód jęczmienny)**, szwedzki stół: **masło 82%**, szynka wiejska, , pasta z kukurydzy, sałata zielona, papryka czerwona, pomidor, ogórek zielony, szczypiorek, kawa zbożowa **(jęczmień, żyto)** na **mleku 2%**. Gruszka – 329 kcal	Zupa koperkowa na wywarze jarzynowym (marchewka, pietruszka, por, **seler**, kapusta włoska, cebula, koperek) z ryżem i zieloną pietruszką, zabielana **(śmietana 12%).** Pyzy z mięsem **(pszenica, jaja,** cebula, mięso wołowe, mięso wieprzowe) – wyrób własny, surówka z marchewki i jabłka, kompot truskawkowy – 462 kcal	Budyń czekoladowy ze świeżą mandarynką **(jaja, masło 82%)** – wyrób własny. Woda mineralna z miętą, i cytryną – 194 kcal
21.05.25 Środa 982 kcal 	Chleb pszenno żytni **(pszenica, żyto)**, chleb z ziarnami i oliwą **(pszenica, żyto)**, **masło 82%**, szynka Juranda, sałata zielona, pomidor, szczypiorek, kakao na **mleku 2%**. Jabłko – 328 kcal	Zupa jarzynowa na wywarze mięsno warzywnym (marchewka, pietruszka, por, **seler**, kapusta włoska, cebula, skrzydełka drobiowe) z makaronem świderki **(pszenica)** i zieloną pietruszką, zabielana **(śmietana 12%).** **Miruna** panierowana z pieca **(pszenica, jaja)**, ziemniaki puree **(masło 82%)**, surówka colesław, kompot wieloowocowy – 456 kcal	Bułeczka pszenno żytnia **(pszenica)** z **masłem 82%** i **serem żółtym**, ogórek świeży, szczypiorek. Herbata z dzikiej róży. Woda mineralna z miętą i cytryną – 198 kcal
22.05.25 Czwartek 980 kcal 	Chleb pszenno żytni **(pszenica, żyto)**, chleb graham tradycyjny **(pszenica, żyto, mleko)**, **masło 82%**, płatki ryżowe na **mleku 2%**, szynka z indyka, rzodkiewka, szczypiorek, herbata z miodem i cytryną. Banan, słonecznik – 328 kcal	Zupa brokułowa na wywarze jarzynowym (marchewka, pietruszka, por, **seler**, kapusta włoska, cebula, brokuł) z makaronem kokardki **(pszenica)** i zieloną pietruszką, zabielana **(śmietana 12%).** Polędwica wieprzowa w sosie własnym, kasza bulgur na sypko, surówka z kapusty czerwonej i jabłka, kompot wieloowocowy – 457 kcal	Puszysty deser mleczny na **kefirze** z musem jeżynowym i granolą owocową **(owies, jęczmień, soja, słód jęczmienny)**– wyrób własny. Woda mineralna z miętą i cytryną – 195 kcal

23.05.25 Piątek 974 kcal 	Chleb pszenno żytni **(pszenica, żyto)**, chleb z sezamem **(pszenica, żyto, sezam, słód jęczmienny)**, **masło 82%**, pasta z **twarożku** i rzodkiewki, szczypiorek, kawa zbożowa **(jęczmień, żyto)** na **mleku 2%**. Melon – 324 kcal	Zupa barszcz biały na wywarze mięsno jarzynowym (marchewka, pietruszka, por, **seler**, kapusta włoska, cebula, skrzydła z indyka) z białą kiełbasą, ziemniakami i zieloną pietruszką, zabielany **(śmietana 12%).** Makaron tiagatelle **(pszenica)** z cukinią i pomidorami, kalarepa do chrupania, kompot śliwkowy – 454 kcal	Pankejki z mąki **pszenno** orkiszowej i banana **(jaja, mleko 2%)**. Jabłko ¼ . Herbata z owoców leśnych. Woda mineralna z miętą i cytryną – 196 kcal

*wytłuszczonym drukiem zaznaczone są składniki, które stanowią substancje powodujące alergie lub reakcje nietolerancji
(Na podstawie rozporządzenia parlamentu Europejskiego i Rady (UE)
Nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011r.)



Jadłospis może ulec niewielkiej zmianie.
Przyprawy używane do przygotowania potraw: sól o obniżonej zawartości sodu, bazylia, oregano, papryka słodka, pieprz, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, lubczyk, kminek, zioła prowansalskie, tymianek.
Do picia podajemy dzieciom również (między posiłkami) wodę źródlaną, herbatę z miodem i cytryną.
Kompot i napoje serwowane do posiłków nie są dosładzane.

RECEPTURY POTRAW I ETYKIETY PRODUKTÓW DOSTĘPNE SĄ U INTENDENTA