





Jadłospis dekadowy od 31.03.2025 do 04.04.2025

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
<p>31.03.25 Poniedziałek 982 kcal</p> 	<p>Chleb pszenno żytni (pszenica, żyto), chleb razowy (pszenica, żyto, słód jęczmienny), masło 82%, serek Bieluch, ogórek zielony, szczypiorek, kawa zbożowa (jęczmień, żyto) na mleku 2%. Jabłko – 331 kcal</p>	<p>Zupa krem z dyni na wywarze jarzynowym (marchewka, pietruszka, por, seler, kapusta włoska, cebula, dynia) z prażonym słonecznikiem i zieloną pietruszką. Spaghetti Bolognese z sosem mięsno pomidorowym (pszenica), kalarepa do chrupania, kompot wieloowocowy – 457 kcal</p>	<p>Jogurt grecki z płatkami kukurydzianymi i świeżym kiwi – wyrób własny. Woda mineralna z miętą, cytryną i pomarańczą – 194 kcal</p>
<p>01.04.25 Wtorek 983 kcal</p> 	<p>Chleb pszenno żytni (pszenica, żyto), chleb graham (pszenica, żyto, mleko), masło 82%, kielbasa żywiecka, pomidor, szczypiorek, kawa zbożowa (jęczmień, żyto) na mleku 2%. Mandarynka – 325 kcal</p>	<p>Zupa brokułowa na wywarze jarzynowym (marchewka, pietruszka, por, seler, kapusta włoska, cebula, brokuł) z makaronem muszelki (pszenica) i zieloną pietruszką, zabieleną jogurtem naturalnym. Strogonow wołowy, kasza gryczana na sypko, surówka z kapusty pekińskiej, papryki, kukurydzy i jabłka (jogurt naturalny, śmietana 12%), kompot wieloowocowy – 459 kcal</p>	<p>Truskawkowa fantazja - ciasto ucierane z truskawkami i cukrem pudrem (pszenica, jaja) – wyrób własny, jabłko, herbata z owoców leśnych. Woda mineralna z miętą, cytryną i pomarańczą – 199 kcal</p>
<p>02.04.25 Środa 979 kcal</p> 	<p>Chleb pszenno żytni (pszenica, żyto), chleb razowy (pszenica, żyto, słód jęczmienny), masło 82%, pasta z sera białego i szprotek w pomidorach, ogórek zielony, szczypiorek, kakao na mleku 2%. Melon– 324 kcal</p>	<p>Barszcz czerwony na wywarze mięsno jarzynowym (marchewka, pietruszka, por, seler, kapusta włoska, cebula, skrzydełka drobiowe, buraki, naturalny zakwas buraczany) z ziemniakami i zieloną pietruszką, zabieleny jogurtem naturalnym. Łazanki (pszenica, jaja) z mięsem i kapustą białą, papryka świeża do chrupania, kompot śliwkowy– 457 kcal</p>	<p>Zapiekanka hawajska (pszenica, ser żółty) – wyrób własny, herbata z dzikiej róży. Woda mineralna z miętą, cytryną i pomarańczą – 198 kcal</p>
<p>03.04.25 Czwartek 977 kcal</p> 	<p>Chleb pszenno żytni (pszenica, żyto), chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto, sezam, soja, słód jęczmienny), szwedzki stół: masło 82%, szynka wiejska, serek wiejski, pasta z groszku zielonego, pomidor, ogórek zielony, papryka żółta, szczypiorek, kawa zbożowa (jęczmień, żyto) na mleku 2%. Gruszka – 327 kcal</p>	<p>Zupa ogórkowa na wywarze mięsno jarzynowym (marchewka, pietruszka, por, seler, kapusta włoska, cebula, udko drobiowe, ogórki kiszone) z ryżem i zieloną pietruszką, zabieleną (śmietana 12%). Naleśniki pszenno kukurydziane (pszenica, jaja, mleko 2%) z serem i musem z malin, ogórki zielone do chrupania, kompot truskawkowy – 455 kcal</p>	<p>Bułka grahamka (pszenica) z masłem 82%, makrelą wędzoną, papryką czerwoną i szczypiorkiem, herbata malinowa. Woda mineralna z miętą, cytryną i pomarańczą – 195 kcal</p>

04.04.25
Piątek
980 kcal



Chleb pszenno żytni (**pszenica, żyto**), chleb z ziarnami i oliwą (**pszenica, żyto**), **masło 82%**, **ser fromage**, ogórek zielony, szczypiorek, kawa zbożowa (**jęczmień, żyto**) na **mleku 2%**. Banan - 328 kcal

Zupa rybna na wywarze jarzynowym (marchewka, pietruszka, por, **seler**, kapusta włoska, cebula, **dorsz**) z pomidorami i zieloną pietruszką.

Kotleciki **jajeczne** z pieca (**pszenica**), ziemniaki purée z koperkiem (**masło 82%**), sałata lodowa z rzodkiewką i sosem winegret, kompot wiśniowy – 452 kcal

Czekoladowa **owsianka** ze świeżymi owocami i chrupiącymi **orzechami (owies, mleko 2%, orzechy włoskie, orzechy ziemne)** – wyrób własny. Woda mineralna z miętą, cytryną i pomarańczą – 200 kcal

**wytluszczonym 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