



Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Wartość odżywcza
Poniedziałek 24.06.2024	Chleb baltonowski (60g) /1AB/ Masło (5g) /7/ Parówki z szynki (40g) Ketchup junior (5g) Słupki papryki czerwonej do chrupania (30g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /7/	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami (180g) Makaron z białym serem i polewą truskawkową (100g) /1A,3,7/ Kompot owocowy (130g)	Arbuz (300g) Herbatniki (10g) /1A,3/	E: 914 kcal B: 42g T: 28g W: 127g
Wtorek 25.06.2024	Zacierka na mleku (150g) /1A,3,7/ Chleb kukurydziany (30g) /1A/ Masło (5g) /7/ Dżem niskosłodzony z kawałkami owoców (20g) Herbata z miodem i cytryną (130g)	Rosół z ryżem i natką pietruszki (180g) /9/ Pieczone udko z kurczaka (90g) Ziemniaki (70g) Mizeria ze śmietaną (40g) /7/ Herbata z owoców leśnych (130g)	Paluszki serowe (40g) /7/ Jabłko (60g)	E: 950kcal B: 56g T: 32g W: 110g
Środa 26.06.2024	Chleb wieśniak (60g) /1AB/ Masło (5g) /7/ Szynka konserwowa (20g) Sałata zielona (5g) Ogórek zielony (30g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /7/	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami (180g) /1C/ Kluski śląskie z sosem śmietanowo koperkowym /1A,3/ Kalarepa do chrupania (30g) Kompot owocowy (130g)	Kasza manna na gęsto z płatkami migdałów i brzoskwinia (120g) /1A,7/	E: 863kcal B: 34g T: 26g W: 131g
Czwartek 27.06.2024	Płatki ryżowe na mleku (150g) /7/ Chleb graham (30g) /1AB/ Masło (5g) /7/ Hummus naturalny (10g) Pomidor (40g) Herbata z cytryną (130g)	Zupa brokułowa z makaronem zabieleną (180g) /1A,3,7/ Kolorowy kotlet z mięsem z łopatki wieprzowej (90g) /1A/ Kasza gryczana biała parzona (30g) Buraczki z cebulką (40g) Herbata miętowa (130g)	Bułka pszenna z masłem i serkiem waniliowym (65g) /1A,7/ Banan (60g) Ciepłe mleko (130g) /7/	E: 973kcal B: 42g T: 29g W: 143g
Piątek 28.06.2024	Chleb ze słonecznikiem (60g) /1A,11/ Masło (5g) /7/ Jajecznica ze szczypiorkiem (90g) Rzodkiewka (40g) Bawarka (130g) /7/	Zupa cebulowa z ziemniakami (180g) Zapiekany makaron z warzywami, tuńczykiem i serem mozzarella (120g) /1A,3,7/ Sok naturalny 100% (130g)	Jogurt owocowy z kawałkami owoców (150g) /7/	E: 982kcal B: 53g T: 33g W: 120g

Potrawy mięsne nie są smażone lecz przygotowywane w piecu konwekcyjno-parowym.

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził:

DYREKTOR
Ewa Mierzwa
s. mgr Ewa Mierzwa

Sporządził:

Paulina Dżugaj- intendent

Dżugaj Paulina