



Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

📅23.06.2025 **Poniedziałek**

Śniadanie

Śniadanie II

Gruszka

Obiad

Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, boczek wędzony bez kości, kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler**, korzeniowy, por, natka pietruszki, żeberka wieprzowe wędzone, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Makaron z sosem serowo - szpinakowym

Składniki: makaron **pszenny** bezjajeczny, szpinak, mrożony, boczek wędzony bez kości, cebula, ser topiony, edamski (z **mleka**), śmietanka 30% (z **mleka**)

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona

Kolacja

Herbata owoce lasu

Chleb pełnoziarnisty z żyta

Masło ekstra (z mleka)

Kiełbasa krakowska, sucha

Sałata lodowa

Pomidor

📅24.06.2025 **Wtorek**

Śniadanie

Kakao z mlekiem

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, cukier, kakao 16%, proszek

Chleb pszenno-żytni

Masło ekstra (z mleka)

Twaróg ze śmietaną , rzodkiewką i szczypiorkiem

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), śmietana 18% (z **mleka**), rzodkiewka, szczypiorek

Ogórek

Śniadanie II

Bułka smażak

Mleko krowie, 3,2% tłuszczu

Obiad

Zupa brokułowa ze śmietaną

Składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koperek, czosnek, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Kotlet mielony wieprzowy

Składniki: wieprzowina łopatką, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, cebula, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe, sól biała, pieprz

Ziemniaki

Sałatka z buraczków

Składniki: burak, cebula, olej rzepakowy, cytryna, sól biała, pieprz

Kompot porzeczkowy

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone

Kolacja

Herbata miętowa

Chleb pszenno- żytni wiejski

Masło ekstra (z mleka)

Pasta rybna z porem

Składniki: **sardynka** w pomidorach, por, margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami a i d, pieprz

Serek śmietankowy (z mleka)

Papryka czerwona

Jadłospis 23.06.2025 - 27.06.2025

📅25.06.2025 **Środa**

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, kasza manna (**pszenica**)

Herbata owocowa

Chleb pszenny

Masło ekstra (z mleka)

Pasztet drobiowy

Składniki: marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, mięso z udźca indyka, bez skóry, cebula, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe, olej rzepakowy

Pomidor

Dżem malinowy, niskosłodzony

Śniadanie II

Kanapka z masłem, serkiem topionym i ogórkiem zielonym

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, ser topiony, edamski (z **mleka**), ogórek, masło ekstra (z **mleka**)

Obiad

Zupa pieczarkowa z ziemniakami na wywarze warzywnym

Składniki: woda, pieczarki świeże, ziemniaki, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, tymianek

Gulasz wieprzowy

Składniki: wieprzowina łopatką, woda, marchew, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450

Kasza bulgur (pszenica)

Kasza gryczana

Surówka z ogórka kiszonego,marchewki i cebuli

Składniki: ogórek kiszony, marchew, cebula, olej rzepakowy

Kompot śliwkowy

Składniki: woda, śliwki

Kolacja

Herbata malinowa

Chleb pszenny

Masło ekstra (z mleka)

Kiełbasa śląska

Sałatka grecka

Składniki: ogórek, sałata lodowa, papryka czerwona, papryka żółta, papryka zielona, pomidoroki koktajlowe, ser typu "feta" (z **mleka**), oliwki czarne, marynowane, konserwowe, olej rzepakowy, cebula czerwona, cytryna, sól biała, pieprz

📅26.06.2025 **Czwartek**

Śniadanie

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Chleb pełnoziarnisty z żyta

Masło ekstra (z mleka)

Serek wiejski (z mleka)

Ogórek

Sałata lodowa

Powidła śliwkowe

Śniadanie II

Banan

Obiad

Barszcz czerwony z fasolą

Składniki: woda, ziemniaki, burak, marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, cebula, śmietana 18% (z **mleka**), por, koncentrat barszczu czerwonego (**seler**), koperek, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz, majeranek

Jajko sadzone

Składniki: **jaja** kurze całe, olej rzepakowy

Ziemniaki

Mizeria ze śmietaną

Składniki: ogórek, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, cukier, sól biała

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona

Kolacja

Herbata truskawkowa

Chleb pszenno-żytni

Masło ekstra (z mleka)

Szynka konserwowa

Sałatka brokułowa z jajkiem i sosem czosnkowym

Składniki: brokuły, makaron **pszenny** bezjajeczny, **jaja** kurze całe, majonez (**jajka**, **gorczyca**), jogurt grecki (z **mleka**), śmietana 18% (z **mleka**), czosnek, słonecznik, nasiona, sól biała, pieprz

📅27.06.2025 **Piątek**

Śniadanie

Kawa zbożowa na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

Chleb pszenny

Masło ekstra (z mleka)

Serek twarogowy, ziołowy (z mleka)

Rzodkiewka

Pomidor

Śniadanie II

Deser mleczny, ryżowo-waniliowy

Obiad

Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem

Składniki: woda, koncentrat pomidorowy, 30%, makaron **pszenny** bezjajeczny, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kompot porzeczkowy

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone

Kolacja

