

# JADŁOSPIS

dzieci

| posiłek<br>potrawa/składnik | ilość | j.m. | alergeny |
|-----------------------------|-------|------|----------|
|-----------------------------|-------|------|----------|

## poniedziałek, 3 luty 2025 r.

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
| <p>▶ <b>śniadanie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Parówki 100% szynki.</li> <li>● Chleb graham z masłem.</li> <li>● Pomidorki koktajlowe, ogórek zielony.</li> <li>● Herbata cytrynowa.</li> <li>● Ketchup pomidorowy dla dzieci.</li> </ul> | 50 g.<br>20 g.<br>10 g.<br>200 ml.<br>25 g. |  | Zboża zawierające gluten, mleko,                |
| <p>▶ <b>obiad / I danie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Zupa pieczarkowa z makaronem.</li> </ul>   | 350 ml.                                     |  | Zboża zawierające gluten, Mleko, Seler          |
| <p>▶ <b>obiad / II danie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Risotto z warzywami i z mięsem.</li> <li>● Sos pomidorowy (zabielany)</li> <li>● Kompot z wieloowocowy.</li> </ul>  | 200 g.<br>90 ml.<br>200 ml.                 |  | Mleko, Seler<br>Zboża zawierające gluten, Mleko |
| <p>▶ <b>obiad / deser</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Jabłko</li> </ul>  | 90 g  |  |   |
| <p>▶ <b>podwieczorek</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Mus 100% jabłko- truskawka.</li> <li>● Sok Kubus multiwitamina 100 %.</li> </ul>  | 200 g.<br>300 ml.                           |  |   |

## wtorek, 4 luty 2025 r.

|   |  |  |  |
|---|--|--|--|
| <p>▶ <b>śniadanie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Bułka razowa z masłem.</li> <li>● Ser żółty gouda, szynka z piersi kurczaka.</li> <li>● Sałata</li> <li>● Ogórek</li> <li>● Rzodkiewka</li> <li>● Herbata malinowa.</li> </ul> | 1 szt.<br>20 g.<br>10 g.<br>10 g.<br>5 g.<br>200 ml. |  | Zboża zawierające gluten, Soja, Sezam, Mleko, Jaja<br>Mleko. |
| <p>▶ <b>podwieczorek</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Drożdżówka z serem.</li> <li>● Woda smakowa naturalna.</li> </ul>   | 100 g.<br>500 ml.                                    |  | Zboża zawierające gluten, mleko, jaja.                       |
| <p>▶ <b>obiad / I danie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Zupa ogórkowa z ryżem.</li> </ul>  | 350 ml.  |  | Mleko, Seler   |
| <p>▶ <b>obiad / II danie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Kluski śląskie.</li> <li>● Gulasz wieprzowy z szynki.</li> </ul>  | 120 g.<br>120 g.                                     |  | zboża zawierające gluten,<br>Zboża zawierające gluten        |

# JADŁOSPIS

dzieci

| posiłek<br>potrawa/składnik   | ilość             | j.m. | alergeny |
|---|-------------------|------|----------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>● Surówka z kiszonych ogórków, czerwonej</li> <li>● Kompot jabłko- gruszka.</li> </ul> | 150 g.<br>200 ml. |      |          |

## środa, 5 luty 2025 r.

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
| <p>▶ <b>śniadanie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Bułki razowe.</li> <li>● Ser salami , szynka gotowana .</li> <li>● Sałata lodowa</li> <li>● Papryka czerwona</li> <li>● Ogórek</li> <li>● Herbata owoce leśne</li> </ul> | 1 szt.<br>20 g<br>10 g<br>10 g<br>10 g<br>200 ml. |  | Zboża zawierające gluten<br>mleko   |
| <p>▶ <b>obiad / I danie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Zupa pomidorowa z makaronem.</li> </ul>  | 350 ml.   |  | Mleko, Seler  |
| <p>▶ <b>obiad / II danie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Ziemniaki puree.</li> <li>● Paluszki rybne 100% fileta.</li> <li>● Surówka z kapusty pekińskiej papryki czerwonej</li> <li>● Kompot z wiśni.</li> </ul>           | 120 g.<br>120 g.<br>130 g.<br>200 ml.             |  | Mleko<br>Zboża zawierające gluten,<br>Mleko, Jaja, Ryba mintaj.<br>Seler, mleko |
| <p>▶ <b>podwieczorek</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Mus jabłkowy- morelowy</li> <li>● Sok 100 % mutiwitamina</li> </ul>   | 200 g.<br>300 ml.                                 |  |   |

## czwartek, 6 luty 2025 r.

|   |  |  |  |
|---|--|--|--|
| <p>▶ <b>śniadanie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Bułka grahamka z masłem.</li> <li>● Ser żółty cheddar , szynka z fileta z indyka.</li> <li>● Papryka czerwona</li> <li>● Sałata</li> <li>● Szczypiorek</li> <li>● Herbata z malina -poziomka.</li> </ul> | 50 g.<br>20 g<br>10 g<br>5 g<br>5 g<br>200 ml. |  | Zboża zawierające gluten,<br>Soja, Sezam, Mleko, Jaja,<br>Orzechy, Gorczyca<br>Mleko |
| <p>▶ <b>obiad / I danie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Krupnik z kaszy jęczmiennej.</li> </ul>  | 350 ml.  |  | Zboża zawierające gluten,<br>Seler   |
| <p>▶ <b>obiad / II danie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Ziemniaki</li> <li>● Filet z piersi kurczaka z pieca.</li> <li>● Surówka z buraka czerwonego ,czerwonej cebuli.</li> </ul>  | 120 g<br>130 g.<br>150 g.                      |  | mleko, jaja , zboża<br>zawierające gluten.<br>Mleko                                  |

# JADŁOSPIS

dzieci

| posiłek<br>potrawa/składnik  | ilość             | j.m.    | alergeny                                 |
|--|-------------------|---------|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Sok naturalny 100% jabłko</li> </ul>  |                   | 200 ml. |  |
| <p>▶ <b>podwieczorek</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bułeczki drożdżowe z owocami.</li> <li>Woda mineralna</li> </ul> | 100 g.<br>500 ml. |         | Zboża zawierające gluten,<br>Mleko, Jaja |

piątek, 7 luty 2025 r.

|  |                                     |  |   |
|--|-------------------------------------|--|---|
| <p>▶ <b>śniadanie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bułka grahamka z masłem</li> <li>Szynka wiejska, ser rycki</li> <li>Salata</li> <li>Ogórek</li> <li>Papryka czerwona</li> </ul> | 50 g.<br>20 g<br>5 g<br>10 g<br>5 g |  | Zboża zawierające gluten,<br>Soja, Sezam, Mleko, Jaja,<br>Orzechy, Gorczyca<br>mleko. |
| <p>▶ <b>obiad / I danie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Barszcz czerwony z ziemniakami i mięsem.</li> </ul>   | 350 ml.                             |  | Zboża zawierające gluten,<br>Mleko, Seler   |
| <p>▶ <b>obiad / II danie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Naleśniki z białym serem.</li> <li>Polewa jogurtowa z truskawkami.</li> <li>Woda z cytryną i melisą</li> </ul>           | 180 g.<br>120 ml.<br>200 ml.        |  | Zboża zawierające gluten,<br>Mleko, Jaja<br>Mleko                                     |
| <p>▶ <b>obiad / deser</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gruszka</li> </ul>  | 90 g.                               |  |   |
| <p>▶ <b>podwieczorek</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mus jabłkowy 100%</li> <li>Baton "dobra kaloria"</li> </ul>  | 200 ml.<br>35 g.                    |  | orzechy, sezam, zboża<br>zawierające gluten.  |