

📅 17.06.2024 **Poniedziałek**

I Śniadanie

Kanapka z pasztetem warzywno-drobiowym 80 gSkładniki: marchew, chleb **pszenno-żytni**, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, mięso z udźca indyka, bez skóry, cebula, **jaja** kurze całe, masło ekstra (**mleko**), bułki **pszenne** zwykłe, olej rzepakowy, sól biała, pieprz**Ogórek****Kawa zbożowa z mlekiem** 180 mlSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, kawa zbożowa (**żyto, jęczmień**)**Jabłko****Obiad****Bułka pszenna z masłem** 70 gSkładniki: bułki **pszenne** zwykłe, masło ekstra (**mleko**)**Ser edamski tłusty (mleko)****Woda****Podwieczorek****Mus owocowy****Ciasto drożdżowe (pszenica, mleko)**

Energia: 894 kcal

📅 18.06.2024 **Wtorek**

I Śniadanie

Kanapka z masłem 80 gSkładniki: chleb **pszenno-żytni**, masło ekstra (**mleko**)**Dżem wiśniowy, niskosłodzony****Papryka czerwona****Kakao** 180 mlSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier**Obiad****Rosół drobiowy z makaronem** 250 gSkładniki: woda, mięso z ud kurczaka, bez skóry, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, wołowina szponder, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Potrawka z kurczaka** 150 gSkładniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry, groszek zielony, marchew, por, cebula, mąka **pszenna**, typ 450**Ryż biały, gotowany****Marchewka mini na parze** 80 g

Składniki: mini marchewki

Kompot śliwkowy 150 ml

Składniki: Śliwki, cukier

Podwieczorek**Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)****Truskawki****Wafle ryżowe**

Energia: 890 kcal

📅 19.06.2024 **Środa**

I Śniadanie

Kanapka z masłem 70 gSkładniki: chleb **pszenno-żytni**, masło ekstra (**mleko**)**Kiełbasa żywiecka****Roszonka****Mleko krowie, 2% tłuszczu****Arbuz****Obiad****Zupa pomidorowa z ryżem** 250 mlSkładniki: woda, passata pomidorowa, mięso z ud kurczaka, bez skóry, marchew, ryż biały, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, Śmietana 18% (**mleko**), koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Paluszki rybne pieczone** 65 gSkładniki: paluszki **rybne** mrożone (**pszenica, ryba**)**Ziemniaki z masłem i koperkiem** 80 gSkładniki: ziemniaki, masło ekstra (**mleko**), koperek**Surówka z ogórka świeżego kapusty i koperku** 100 g

Składniki: ogórek, kapusta pekińska, koperek, olej rzepakowy, cytryna

Kompot wiśniowy 180 ml

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

Podwieczorek**Kalarepa****Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy (mleko)**

Energia: 937 kcal

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.📅 20.06.2024 **Czwartek**

I Śniadanie

Kanapka z masłem 70 gSkładniki: chleb **pszenno-żytni**, masło ekstra (**mleko**)**Szynka parzona****Ogórek kiszony****Gruszka****Kawa zbożowa z mlekiem** 180 mlSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, kawa zbożowa (**żyto, jęczmień**)**Obiad****Zupa ziemniaczana** 300 mlSkładniki: woda, ziemniaki, marchew, udo z kurczaka, Śmietana 18% (**mleko**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Gulasz wieprzowy** 100 g

Składniki: wieprzowina łopatka, przecier pomidorowy, marchew, cebula, olej rzepakowy

Kasza jęczmienna gotowana**Surówka z białej kapusty, marchewki i koperku** 80 g

Składniki: kapusta biała, marchew, koperek, olej rzepakowy

Kompot wiśniowy 180 ml

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

Podwieczorek**Herbatniki (pszenica, mleko)****Herbata owocowa, bez cukru** 150 ml

Składniki: woda, herbata owocowa

Pomarańcza

Energia: 794 kcal

📅 21.06.2024 **Piątek**

I Śniadanie

Płatki kukurydziane na mleku 200 gSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane**Kanapka z masłem i pomidorem** 60 gSkładniki: chleb **pszenny**, pomidor, masło ekstra (**mleko**)**Herbata owocowa, bez cukru** 150 ml

Składniki: woda, herbata owocowa

Winogrona**Obiad****Krupnik z kaszą jęczmienną** 250 mlSkładniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kasza **jęczmienna**, perłowa, mięso z ud kurczaka, bez skóry, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Makaron pełnoziarnisty (pszenica)****Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy (mleko)****Surówka z marchewki, selera, jabłka i nasion słonecznika** 100 gSkładniki: jabłko, marchew, **seler** korzeniowy, słonecznik, nasiona, olej rzepakowy**Kompot śliwkowy** 150 ml

Składniki: Śliwki, cukier

Podwieczorek**Ciastka zbożowe z mlekiem Belvita****Marchewka słupki** 50 g

Składniki: marchew

Energia: 992 kcal