|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DATA** | **ŚNIADANIE** | **OBIAD I** | **OBIAD II + PODWIECZOREK** |
| **PONIEDZIAŁEK****29.04.2024** | **Mleko 3,2%** [170g]. Bułka wrocławska(zawiera **pszenicę**)[40g] z masłem (z **mleka**)[5g] szyneczka wieprzowa [10g], hummus z suszonymi pomidorami[10g], pomidor [15g], papryka żółta [10g], szczypior. Herbata Rooibos [150ml]*Dieta b/ml: napój roślinny* | Zupa jarzynowa na bulionie drobiowo – warzywnym (zawiera **seler**), ze śmietaną 18% (z **mleka**) [250ml]Gruszka [½ szt.]*Dieta b/ml: b/śmietany* | Smażone nuggetsy z kurczaka w panierce kukurydzianej (zawierają **jaja**)[60g] z ryżem białym [40g] i mizerią z ogórka i szczypiorku w jogurcie naturalnym/śmietanie 18% (z **mleka**)[50g]. Kompot wiśniowy [200ml].*Dieta b/ml: ogórek w oleju**Dieta b/kukurydzy, b/jaj: filet z kurczaka duszony b/panierki* | Rogal węgierski (zawiera **pszenicę, jaja, mleko**)[20g] z twarożkiem (z **mleka**) stracciatella [10g]Pomarańcz [ ¼ szt.]*Dieta b/ml, b/jaj: grahamka (****pszenica****) z masełkiem klarowanym i dżemem owocowym* |
| **WTOREK****30.04.2024** | Kasza manna (z **pszenicy**) na **mleku** z malinami [220g]. Chleb **żytnio-pszenny** (zawiera **soję**)[25g] z masłem (z **mleka**)[5g], pasta z **łososia** i serka naturalnego (z **mleka**)[15g], pomidor [20g], szczypiorek. Herbata rumiankowa [150ml].*Dieta b/ml: budyń na nap. rośl., łosoś pieczony* | Barszcz czerwony na bulionie drobiowo – warzywnym (zawiera **seler**), ze śmietaną 18% (z **mleka**)[250ml]Kiwi [½ szt.]*Dieta b/ml: b/śmietany* | Gotowane pulpety z indyka (zawierają **pszenicę, jaja**)[60g] w sosie brokułowo - serowym (zawiera **pszenicę, mleko**)[60g] z makaronem **pszennym** pełnoziarnistym [40g] i marchewką [50g]. Kompot porzeczkowy [200ml]*Dieta b/ml: sos b/śmietany, b/sera**Dieta b/jaj: pulpety b/jaj* | Mus warzywno – owocowy [100g] |
| **CZWARTEK****2.05.2024** | Tost pełnoziarnisty (zawiera **pszenicę, soję**)[25g] z szynką drobiową [5g] i serem mozzarella [10g]. Tost pełnoziarnisty (zawiera **pszenicę, soję**)[20g] z masłem (z **mleka**)[5g] i dżemem truskawkowym 100%[5g]. Pomidor [20g], ogórek [20g]. Herbata Rooibos [150ml]*Dieta b/ml: tosty z masłem klarowanym, b/sera*  | Krupnik z kaszą **jęczmienną** na bulionie drobiowo – warzywnym (zawiera **seler**) [250ml]Jabłko [½ szt.] | Placuszki z cukinii w cieście naleśnikowym (zawierają **mleko, pszenicę, jaja**)[120g], sos tzatziki na jogurcie naturalnym (z **mleka**)[50g]. Woda z cytryną i pomarańczą [200ml]*Dieta b/ml, b/jaj: placuszki z cukinii na napoju roślinnym, b/jaj, ogórek do chrupania* | Listek owocowy [12g] |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DATA** | **ŚNIADANIE** | **OBIAD I** | **OBIAD II + PODWIECZOREK** |
| **PONIEDZIAŁEK****6.05.2024** | Ryżna **mleku** z truskawkami [220g]. Chleb **żytnio-pszenny** (zawiera **soję**)[25g] z masłem (z **mleka**)[5g], szyneczka drobiowa [10g], rzodkiewka [15g], szczypiorek. Herbata owocowa [150ml]*Dieta b/ml: ryż na napoju roślinnym* | Zupa szczawiowa na bulionie drobiowo – warzywnym (zawiera **seler**), ze śmietaną 18% (z **mleka**) i **jajkiem** [250ml]Jabłko [ ½ szt.]*Dieta b/ml: b/śmietany* | Makaron **pszenny** kolorowy [40g] z twarożkiem waniliowym (z **mleka**)[35g] i musem owocowym/świeżymi owocami [25g]. Woda z cytryną i miodem [200ml]*Dieta b/ml: makaron z czerwonej soczewicy z musem owocowym/owocami i jogurtem roślinnym**Dieta b/cytrusów: woda niegazowana* | Muffinka marchewkowa (zawiera **pszenicę, orkisz, jaja**)[50g]*Dieta b/jaj: muffinka marchewkowo-bananowa – b/jaj (zawiera* ***pszenicę****)* |
| **WTOREK****7.05.2024** | Kawa zbożowa (zawiera **jęczmień, żyto**) na mleku **3,2%** [170g]. Chleb graham(zawiera **pszenicę**)[40g] z masłem (z **mleka**)[5g], parówka wieprzowa [30g], keczup (zawiera **seler**)[5g], ogórek [20g], papryka żółta [10g], szczypior. Herbata Rooibos [150ml]*Dieta b/ml: kawa na napoju roślinnym**Dieta b/wieprzowiny: parówka drobiowa* | Zupa krem z dyni i batatów, ze śmietaną 18% (z **mleka**) i grzankami pełnoziarnistymi (zawierają **pszenice, soję**)[250ml]Kiwi [ ½ szt.]*Dieta b/ml: b/śmietany**Dieta b/soi: grzanki z pieczywa b/soi* | Gulasz z indyka (zawiera **pszenicę, mleko**)[100g] z kluseczkami śląskimi (zawierają **pszenicę**)[120g] i gotowanymi buraczkami z jabłkiem [50g]. Kompot porzeczkowy [200ml]*Dieta b/ml: gulasz b/śmietany* | Drożdżowe bułeczki **orkiszowe** z twarogiem i jabłkiem (zawierają **mleko, jaja**)*Dieta b/ml, b/jaj: drożdżowe bułeczki orkiszowe na napoju rosl., b/jaj z jabłkiem* |
| **ŚRODA****8.05.2024** | Płatki **orkiszowe** na **mleku** z bananem, musem malinowym i **migdałami** [220g]. Chleb **żytnio-pszenny** (zawiera **soję**)[25g] z masłem (z **mleka**)[5g], pasta z morszczuka i pomidorów [10g], ogórek [10g], szczypior. Herbata rumiankowa [150ml].*Dieta b/ml: płatki na nap. rośl.* | Zupa pomidorowa na bulionie drobiowo – warzywnym (zawiera **seler**), ze śmietaną 18% (z **mleka**) z makaronem **pszennym** [250ml]Gruszka [ ½ szt.]*Dieta b/ml: b/śmietany* | Pieczony filecik z kurczaka [50g] z ziemniakami puree (zawierają **mleko**)[150g] i gotowaną marchewka z groszkiem [50g], jogurtem naturalnym [15g]. Kompot wieloowocowy [200ml]. *Dieta b/ml: ziemniaki gotowane, b/jogurtu* | Suszone jabłuszka [24g] |
| **CZWARTEK****9.05.2024** | Kakao naturalne na **mleku 3,2%** [170g]. Bułka wrocławska (zawiera **pszenicę**)[40g] z masłem (z **mleka**)[5g], **jajkiem** gotowanym [20g], serem żółtym Gouda (z **mleka**)[10g], papryka czerwona [10g], ogórek [10g], sałata. Herbata Rooibos [150ml]*Dieta b/ml: kakao na napoju roślinnym, szyneczka drobiowa* | Zupa z fasolki szparagowej na bulionie drobiowo – warzywnym (zawiera **seler**), ze śmietaną 18% (z **mleka**)[250ml]Jabłko [ ½ szt.]*Dieta b/ml: b/śmietany* | Leczo paprykowe z kurczakiem [130g] i ryżem mieszanym (biały/brązowy)[40g]. Woda z cytryną i pomarańczą [200ml] | Wafle orkiszowe przekładane masłem **orzechowym,** serkiem waniliowym (z **mleka**) i dżemem 100% [30g]*Dieta b/ml: wafle z masłem i dżemem**Dieta b/orzechów: wafle b/masła orzechowego**Dieta b/glut: wafle kukurydziane* |
| **PIĄTEK****10.05.2024** | Kawa zbożowa (zawiera **jęczmień, żyto**) na **mleku** [170g]. Chleb **żytnio-pszenny** (zawiera **soję**)[35g] z masłem (z **mleka**)[5g], **jajecznica** ze szczypiorkiem (zawiera **mleko**)[50g], pomidor [20g], papryka żółta [10g]. Herbata owocowa b/cukru [150ml]*Dieta b/ml: kawa na napoju roślinnym,* ***jajecznica*** *b/mleka**Dieta b/jaj: pasta warzywna* | Barszcz ukraiński na bulionie drobiowo – warzywnym (zawiera **seler**), ze śmietaną 18% (z **mleka**)[250ml]Banan [½ szt.]*Dieta b/ml: barszcz b/śmietany* | Pieczone paluszki rybne z **mintaja** (zawiera **pszenicę**)[60g] z ziemniakami puree (zawierają **mleko**)[150g] i sałatą z ogórkiem i rzodkiewką w jogurcie naturalnym /śmietanie 18% (z **mleka**)[50g]. Kompot wiśniowy [200ml]*Dieta b/ml: ziemniaki gotowane, sałatka w oleju**Dieta b/jaj: kotlet b/jaja* | Jogurt owocowy (z **mleka**)[140g]Wafle wielozbożowe (zawierają **owies**)[5g]*Dieta b/ml: jogurt roślinny* |

**Alergeny zostały zaznaczone pogrubioną czcionką. Pełny skład produktów oraz receptury potraw znajdują się u intendenta.** Zastrzegamy sobie możliwość niewielkich zmian w jadłospisie. *Dieta b/ml. (bezmleczna – codziennie masło klarowane).Dieta b/soi (pieczywo b/soi, wędlin /dodatku soi). Dieta b/glut.(bezglutenowa – codziennie pieczywo bezglutenowe)* Sporządziła: ANNA ZASADA