|  |
| --- |
| **JADŁOSPIS 17.03. – 21.03.2025** |
| **Dzień tygodnia** | **Śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Poniedziałek****17.03.2025** | chleb graham 25gz masłem 5gser żółty 15gogórek konserwowy 10gherbata rooibos 150mlwoda niegazowana**Chleb graham**  - składniki: mąka pszenna graham typ 1850, mąka pszenna typ 750, woda, drożdże, sól. *Może zawierać jaja, mleko, ziarna sezamu, soję, orzechy arachidowe.* **Chleb oliwski** – składniki: mąka pszenna typ 750, mąka żytnia typ 720, kwas naturalny, woda, drożdże, sól.. *Może zawierać jaja, mleko, ziarna sezamu, soję, orzechy arachidowe.* **Ser żółty gouda Maluta** – składniki: mleko pasteryzowane, sól, stabilizator, chlorek wapnia, bakterie fermentacji mlekowej. **Ogórki konserwowe Polskie przetwory** – składniki:ogórki, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól niskosodowa, koper, czosnek, chrzan, gorczyca, przyprawy. **Herbata rooibos z czarnym bzem** – składniki: woda, herbata rooibos z czarnym bzem (rooibos 85%, cząstki jabłka, karob, naturalny aromat, kwiat czarnego bzu 1%) | zupa szpinakowa z makaronem 200 mlkotlet mielony z ziemniakami 160 g sałata ze szczypiorkiem 60gkompot owocowy 150ml woda niegazowana**Zupa szpinakowa z makaronem** – składniki: woda, porcja rosołowa z kurczaka, szpinak mrożony, makaron , marchew, pietruszka, seler, por , cebula, sól niskosodowa, nać, koper, pieprz , lubczyk, liść laurowy, ziele angielskie. **Kotlet mielony** – składniki:  szynka, cebula, jajka, buła tarta, pieprz mielony, sól niskosodowa, czosnek. **Sałata ze szczypiorkiem** – składniki: sałata masłowa, jogurt naturalny, szczypiorek, sól.**Kompot owocowy** – składniki: **w**oda, mrożona mieszanka kompotowa (malina, truskawka, wiśnia bez pestki, porzeczka czarna, aronia, jabłka), cukier .   | gruszka w sosie waniliowym 150gwafelek kukurydzianywoda niegazowana**Gruszka w sosie waniliowym** – składniki:gruszka, mleko 1,5%, śmietanka 30%, mąka, cukier waniliowy. |
| **Wtorek****18.03.2025** | chleb kołodziej 25gz masłem 5gszynka 15gpapryka10gkakao 150mlwoda niegazowana**Chleb kołodziej** – składniki: mix kołodziej klasyczny[żyto cięte30%,słonecznik20%,płatki owsiane20%, siemię lniane10%,gluten pszenny, sól. mączka słodowa jęczmienna, mąka pszenna graham, mąka pszenna, serwatka[mleko], mąka żytnia, regulatory kwasowości: kwas cytrynowy, kwas mlekowy, mąka pszenna razowa, skrobia ziemniaczana, mąka żytnia razowa, otręby żytnie, prażona mąka jęczmienna, mączka sojowa, jęczmień palony, enzymy (amylaza, ksylanaza, amyloglukozydaza)[pszenica], środek do przetwarzania mąki kwas askorbinowy], mąka żytnia typ 720, woda, mieszanka piekarska(8,8%): [płatki owsiane, siemię lniane, ziarenka słonecznika, nasiona sezamu], drożdże piekarskie, olej rzepakowy.**Chleb oliwski** – składniki: mąka pszenna typ 750, mąka żytnia typ 720, kwas naturalny, woda, drożdże, sól.. *Może zawierać jaja, mleko, ziarna sezamu, soję, orzechy arachidowe.* **Szynka z wędzarni –** składniki: mięso wieprzowe z szynki (w 100g wyrobu got. zużyto 80g mięsa), woda, substancja konserwująca E-250, przeciwutleniacze E-301 i E-316, E-331, regulator kwasowości E-575, substancja wspomagająca żelowanie E-508, stabilizatory E-450i, E-450II, sól, ekstrakty przypraw, dekstroza, hydrolizat białka sojowego. *Produkt może zawierać: gluten, laktozę, orzechy, seler, gorczycę oraz sezam.* **Kakao**– składniki:mleko 1,5%, Kakao naturalne DecoMorreno. | zupa ogórkowa 200 mlrisotto z piersią z kurczaka i warzywami 160 g  kompot owocowy 150ml woda niegazowana**Zupa ogórkowa** – składniki: woda, ziemniaki, porcja rosołowa z kurczaka, ogórki kiszone, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana 30%,, cebula, nać, koper, pieprz, sól niskosodowa*.*, lubczyk, liść laurowy, ziele angielskie. **Risotto z piersią z kurczaka i warzywami** – składniki: pierś z kurczaka, ryż, bulion, brokuły, papryka czerwona, cukinia, cebula, koncentrat pomidorowy, sól niskosodowa, olej rzepakowy, pieprz, papryka słodka, papryka ostra.**Kompot owocowy** – składniki: **w**oda, mrożona mieszanka kompotowa (malina, truskawka, wiśnia bez pestki, porzeczka czarna, aronia, jabłka), cukier . | jaglany budyń czekoladowy 150mlżurawina suszonawoda niegazowana**Czekoladowy budyń jaglany** – składniki: mleko 1,5%, kasza jaglana, kakao, miód.  |
| **Środa****19.03.2025** | chleb słonecznikowy 25gz masłem 5gpasta jajeczna ze szczypiorkiem 15grzodkiewka 10gkawa zbożowa 150mlwoda niegazowana**Chleb słonecznikowy** – składniki:mąka żytnia typ 720, mąka pszenna typ 750, kwas naturalny, ziarno słonecznika, woda, drożdże, sól. *Może zawierać: jaja, mleko w proszku, ziarna sezamu, soję, orzechy arachidowe, orzechy włoskie*.**Chleb oliwski** – składniki: mąka pszenna typ 750, mąka żytnia typ 720, kwas naturalny, woda, drożdże, sól.. *Może zawierać jaja, mleko, ziarna sezamu, soję, orzechy arachidowe.* **Pasta jajeczna** – składniki: jajka, jogurt grecki,,szczypior, pieprz , sól niskosodowa*.* **Kawa zbożowa** – składniki:mleko 1,5%, kawa zbożowa Anatol.  | zupa krem z zielonego groszku z grzankami pełnoziarnistymi 200mlbioderko z kurczaka w sosie z kaszą gryczaną 160gburaczki 60gkompot owocowy 150mlwoda niegazowana**Krem z zielonego groszku z grzankami**  – składniki: woda, ziemniaki, porcja rosołowa z kurczaka, pietruszka, seler, por, marchew, grzanki(mąka pszenna graham typ 1850, mąka pszenna typ 750, woda, drożdże, sól. *Może zawierać jaja, mleko, ziarna sezamu, soję, orzechy arachidowe.*)groszek zielony, cebula, sól niskosodowa, , lubczyk, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie. **Bioderko z kurczaka w sosie**– składniki:bioderko z kurczaka, bulion, mieszanka warzyw korzeniowych, mąka pszenna, sól niskosodowa, pieprz, papryka słodka, ostra, zioła prowansalskie, tymianek, rozmaryn. **Sałatka z buraczków** – składniki:buraki , cebula,, sól niskosodowa, kwasek cytrynowy. **Kompot owocowy** – składniki: **w**oda, mrożona mieszanka kompotowa (malina, truskawka, wiśnia bez pestki, porzeczka czarna, aronia, jabłka), cukier . | ciasto mleczna kanapka 50gwinogrona 40gmleko 150mlwoda niegazowana**Ciasto mleczna kanapka** – składniki: jajka, śmietana 30%, mąka pszenna, galaretka cytrynowa, cukier, kakao, olej rzepakowy, proszek do pieczenia. **Mleko 1,5%.** |
| **Czwartek****20.03.2025** | chleb orkiszowy 25gz masłem 5gtwarożek waniliowy 15gkalarepa 10gherbata owocowa 150mlwoda niegazowana**Chleb orkiszowy –** składniki:mix orkiszowy, mąka żytnia typ720, mąka pszenna typ 750, kwas naturalny, woda, drożdże, sól. *Może zawierać jaja, mleko, ziarna sezamu, soję, orzechy arachidowe.***Chleb oliwski** – składniki: mąka pszenna typ 750, mąka żytnia typ 720, kwas naturalny, woda, drożdże, sól.. *Może zawierać jaja, mleko, ziarna sezamu, soję, orzechy arachidowe.*  **Twarożek na słodko** – składniki: twaróg , cukier wanilinowy. **Herbata owocowa** – składniki: woda, herbata owocowa. | zupa fasolowa 200mlkąski kurczaka po azjatycku z ziemniakami 160gmarchewka na ciepło 60gkompot owocowy 150mlwoda niegazowana**Zupa fasolowa** – składniki: woda, ziemniaki, porcja rosołowa, fasola Jaś (*Może zawierać gluten, orzechy włoskie i migdały)*, marchew, por, seler, pietruszka, cebula, sól niskosodowa, czosnek. nać, koper, pieprz, ziele angielskie, lubczyk, majeranek , liść laurowy. **Kąski z kurczaka po azjatycku** – składniki: pierś z kurczaka, imbir, czosnek, papryka słodka, papryka ostra, sól niskosodowa, pieprz czarny. **Marchewka na ciepło** – składniki: marchew, masło, mąka pszenna, sól, pieprz. **Kompot owocowy** – składniki: **w**oda, mrożona mieszanka kompotowa (malina, truskawka, wiśnia bez pestki, porzeczka czarna, aronia, jabłka), cukier . | płatki owsiane na mleku 150mljabłko, pomarańcza 40gwoda niegazowana**Płatki owsiane na mleku** – składniki: mleko1,5%, płatki owsiane Kros (płatki owsiane**.***Może zawierać jaja, nasiona sezamu, orzechy)*. |
|  **Piątek****21.03.2025** |  chleb żytnio - razowy 25gz masłem 5gkrakowska sucha 15gserek wiejskipomidor, rukola 20gherbata z cytryną 150mlwoda niegazowana**Chleb żytnio-razowy** - składniki: mąka żytnio-razowa, mąka pszenna typ 750, woda, kwas naturalny, drożdże,sól. *Może zawierać: jaja, mleko w proszku, ziarna sezamu, soję, orzechy arachidowe, orzechy włoskie*. **Chleb oliwski** – składniki: mąka pszenna typ 750, mąka żytnia typ 720, kwas naturalny, woda, drożdże, sól.. *Może zawierać jaja, mleko, ziarna sezamu, soję, orzechy arachidowe.* **Kiełbasa żywiecka** – składniki: mięso wieprzowe 76%, **Serek wiejski** – składniki: twaróg ziarnisty, śmietanka pasteryzowana, sól. **Herbata z cytryną** – składniki:woda, herbata czarna Lipton, sok z cytryny. | zupa gulaszowa z zacierką 200mlkotlet rybny z ziemniakami 160gsurówka colesław 60gkompot owocowy 150mlwoda niegazowana**Zupa gulaszowa z zacierką** – składniki: woda, porcja rosołowa z kurczaka, marchew, pietruszka, seler, por, papryka, wieprzowina/wołowina, pomidory w puszce, makaron, cebula, sól niskosodowa, nać, koper, ziele angielskie, , lubczyk, pieprz, papryka słodka, papryka ostra, liść laurowy, ziele angielskie. **Kotlet rybny**  – składniki:filet z mintaja , boczek surowy, bułka tarta, jaja, sól, pieprz, pieprz ziołowy. **Surówka colesław** – składniki: kapusta biała, marchew, , jogurt naturalny, chrzan (korzeń chrzanu 52%, woda, cukier, olej rzepakowy, sól, regulator kwasowości( kwas cytrynowy, mlekowy,) substancja konserwująca, pirosiarczan sodu.), kwasek cytrynowy, cukier sól niskosodowa, pieprz czarny. **Kompot owocowy** – składniki: **w**oda, mrożona mieszanka kompotowa (malina, truskawka, wiśnia bez pestki, porzeczka czarna, aronia, jabłka), cukier . | serniczek jagodowy na zimno 50gflipsy kukurydzianewoda niegazowana**Serniczek jagodowy na zimno** – składniki: twarożek, jogurt grecki, jagody, cukier, żelatyna.  |