

Data	Śniadanie	Zupa	II Danie
Poniedziałek 15.04.2024	Herbata melisa z pomarańczą Chleb razowy* (<i>gluten</i>) oraz baton pszenny (<i>gluten, mleko</i>) z masłem 83% tł. (<i>mleko</i>) i szynką wieprzową 100% mięsa* oraz serek czekoladowy kanapkowy* (<i>mleko</i>), a także warzywa: kalarepa, papryka czerwona, roszonek. Dodatkowo orzechy włoskie (<i>orzechy</i>) i rodzynki (<i>dwutlenek siarki</i>). Owoc: jabłko i arbuz	Zupa potrawkowa: podpieczony w piecu konwekcyjnym filet z piersi indyka, marchewka, groszek zielony, por, czosnek, koperek, makaron pszenny orzo (<i>gluten</i>), śmietana 18% tł. (<i>mleko</i>), jogurt naturalny typu greckiego (<i>mleko</i>).	Kaszotto z zieloną soczewicą i warzywami: Kasza jęczmienna pęczak (<i>gluten</i>), zielona soczewica, brokuł, marchewka, kukurydza, pomidor świeży, przecier pomidorowy, natka pietruszki, przyprawy. Kompot owocowy*
Wtorek 16.04.2024	Kakao: kakao*, mleko 2% tł. (<i>mleko</i>). Chleb razowy* (<i>gluten</i>) oraz baton pszenny (<i>gluten, mleko</i>) z masłem 83% tł. (<i>mleko</i>) i kiełbasa sucha krakowska* oraz pasta jajeczna: jajko ugotowane na twardo (<i>jaja</i>), jogurt naturalny typu greckiego (<i>mleko</i>), szczypior, a także warzywa: pomidor malinowy, papryka żółta, rzodkiew biała, sałata strzępiasta czerwona. Dodatkowo orzechy laskowe (<i>orzechy</i>). Owoc: banan i kiwi	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym: wywar mięsny z udźca indyka, ogórki kiszzone, włoszczyzna (<i>seler</i>), koperek, śmietana 18% tł. (<i>mleko</i>), jogurt naturalny typu greckiego (<i>mleko</i>), ryż brązowy.	Spaghetti bolognese: sos z podsmażonego na oleju rzepakowym fileta z kurczaka z cebulą, przecieru pomidorowego, passaty pomidorowej podany z makaronem pełnoziarnistym świdry z żytem (<i>gluten</i>). Kompot owocowy*
Środa 17.04.2024	Herbata czarna z cytryną i imbirem. Chleb razowy* (<i>gluten</i>) oraz baton pszenny (<i>gluten, mleko</i>) z masłem 83% tł. (<i>mleko</i>) i serem żółtym edamskim* (<i>mleko</i>) oraz kabanos wieprzowy z cielęciną* i pasta z szynki: szynka wieprzowa 100% mięsa*, rukola, cebula, serek śmietankowy* (<i>mleko</i>), jajko ugotowane na twardo (<i>jaja</i>), a także warzywa: ogórek zielony, papryka czerwona, seler naciowy, liście szpinaku. Dodatkowo pestki dyni i daktyle suszone. Owoc: mandarynka i gruszka	Barszcz ukraiński: wywar mięsny z udźca indyka, buraki, koncentrat barszczu czerwonego*, ziemniak, włoszczyzna (<i>seler</i>), natka pietruszki, śmietana 18% (<i>mleko</i>), jogurt naturalny typu greckiego (<i>mleko</i>).	Kotlet indyczo-brokulowo-jaglany z puree z marchewki i surówką z kapusty pekińskiej Pieczony w piecu konwekcyjnym kotlet z: fileta z indyka, brokuła, cebuli, czosnku, natki pietruszki, jajka (<i>jaja</i>), kaszy jaglanej. Całość podawana z puree z marchewki i surówką z kapusty pekińskiej: kapusta pekińska, papryka czerwona, kukurydza konserwowa, jogurt naturalny typu greckiego (<i>mleko</i>). Kompot owocowy*
Czwartek 18.04.2024	Herbata odporność* Płatki orkiszowe: płatki orkiszowe (<i>gluten</i>), mleko 2% tł. (<i>mleko</i>). Chleb razowy* (<i>gluten</i>) oraz baton pszenny (<i>gluten, mleko</i>) z masłem 83% tł. (<i>mleko</i>) i pasztetem z kaczką* (<i>jaja, gluten</i>) oraz ser mozzarella* (<i>mleko</i>) z oliwą z oliwek, a także warzywa: ogórek kiszony, papryka czerwona, rukola. Dodatkowo pestki słonecznika Owoc: jabłko	Zupa z czerwoną fasolą i mięsem mielonym: mięso mielone z fileta z kurczaka, włoszczyzna (<i>seler</i>), czerwona cebula, czosnek, fasola czerwona konserwowa, fasola biała konserwowa, kukurydza, natka pietruszki, pasata pomidorowa, przecier pomidorowy.	Placki owsiane z mussem gruszkowo-jogurtowym Smażone na oleju rzepakowym placki z: płatków owsianych (<i>gluten</i>), mąki pszennej (<i>gluten</i>), drożdży suszonych*, mleko 2% tł. (<i>mleko</i>), jajka (<i>jaja</i>), ekstraktu z wanilii*, banan. Całość podana z mussem gruszkowym: gruszka, jogurt naturalny typu greckiego (<i>mleko</i>) i borówkami. Kompot owocowy*
Piątek 19.04.2024	Herbata melisa z pomarańczą Chleb razowy* (<i>gluten</i>) oraz baton pszenny (<i>gluten, mleko</i>) z masłem 83% tł. (<i>mleko</i>) i kiełbasą wiejską z Wadowic* oraz pasta humus* i serek truskawkowy: twaróg (<i>mleko</i>), truskawka mrożona, a także warzywa: ogórek zielony, papryka żółta, rzodkiewka, roszonek. Dodatkowo orzechy nerkowca (<i>orzechy</i>). Owoc: jabłko i kiwi	Zupa jarzynowa z kaszą orkiszową: wywar mięsny z udźca indyka, fasolka szparagowa, brukselka, kalafior, groszek zielony, marchew, pasternak, por, koperek, śmietana 18% tł. (<i>mleko</i>), jogurt naturalny typu greckiego (<i>mleko</i>), kasza orkiszowa (<i>gluten</i>).	Ryba z frytkami i surówką kapusty kiszzonej: Pieczona w piecu konwekcyjnym ryba Miruna (<i>ryby</i>) w panierce z bułki tartej (<i>gluten</i>) i mąki pszennej (<i>gluten</i>) i jajka (<i>jaja</i>). Całość podana z frytkami pieczonymi w piecu konwekcyjnym i surówką z kiszzonej kapusty: kapusta kiszona, marchewka, olej rzepakowy. Kompot owocowy*.

Data	Śniadanie	Zupa	II Danie
Poniedziałek 22.04.2024	Herbata malinowa z kwiatem róży Chleb razowy* (<i>gluten</i>) oraz baton pszenny (<i>gluten, mleko</i>) z masłem 83% tł. (<i>mleko</i>) i kielbasa sucha krakowska* oraz serek wiejski* (<i>mleko</i>) i dżem truskawkowy 100% owoców*, a także warzywa: ogórek kiszony, papryka czerwona, rzodkiewka, liście szpinaku. Dodatkowo orzechy pekan (<i>orzechy</i>). Owoc: gruszka i kiwi	Kapuśniak z ziemniakami i kielbasą wieprzową: wywar mięsny z udźca indyka, kapusta kiszona, ziemniak, kielbasa wieprzowa 100%*, włoszczyzna (<i>seler</i>), natka pietruszki.	Makaron w sosie pomidorowo-serowym: ugotowany makaron pszenny uszka (<i>gluten</i>) podany z sosem pomidorowo-serowym: przecier pomidorowy, pomidor świeży, śmietana 18% tł. (<i>mleko</i>), ser gouda* (<i>mleko</i>), ser mozzarella* (<i>mleko</i>), ser parmigiano* (<i>mleko, jaja</i>), oliwa z oliwek, czosnek, bazylia świeża Kompot owocowy*
Wtorek 23.04.2024	Mleko czekoladowe: czekolada gorzka 70%*, mleko 2% tł. (<i>mleko</i>). Chleb razowy* (<i>gluten</i>) oraz baton pszenny (<i>gluten, mleko</i>) z masłem 83% tł. (<i>mleko</i>) i szynka wieprzowa 100% mięsa* oraz jajko (<i>jaja</i>) na twardo z majonezem* (<i>jaja, gorczyca</i>) i szczypiorkiem, a także warzywa: ogórek zielony, papryka żółta, rosłonka. Dodatkowo pestki słonecznika i suszone jabłko*. Owoc: jabłko i pomarańcza	Zupa brokułowa z kaszą kuskus: wywar mięsny z udźca indyka, brokuł, włoszczyzna (<i>seler</i>), natka pietruszki, śmietana 18% (<i>mleko</i>), jogurt naturalny typu greckiego (<i>mleko</i>), kasza kuskus (<i>gluten</i>).	Nuggetsy z kurczaka w orkiszowej panierce z ziemniakami i surówką z buraków: pieczony w piecu konwekcyjnym nuggets z: fileta z piersi kurczaka w panierce z otrębów orkiszowych (<i>gluten</i>), jogurtu naturalnego (<i>mleko</i>) i jajek (<i>jajko</i>). Całość podana z gotowanymi ziemniakami i surówką z buraków: buraki, cebula, olej rzepakowy. Kompot owocowy*
Środa 24.04.2024	Herbata rumianek. Jogurt brzoskwiniowy z płatkami jęczmiennymi: jogurt naturalny typu greckiego (<i>mleko</i>), brzoskwinia mrożona, płatki jęczmienne (<i>gluten</i>). Chleb razowy* (<i>gluten</i>) oraz baton pszenny (<i>gluten, mleko</i>) z masłem 83% tł. (<i>mleko</i>) i pieczonym w piecu konwekcyjnym filetem z indyka oraz ser biały prażony* (<i>mleko</i>), a także warzywa: pomidor malinowy, kalarepa, ogórek zielony, sałata strzępista czerwona. Dodatkowo pestki dyni Owoc: banan	Zupa chrzanowa z jajem i kielbasą białą: wywar mięsny z udźca indyka i karku wołowego, chrzan tarty, włoszczyzna (<i>seler</i>), majeranek, natka pietruszki, koncentrat żurku* (<i>gluten</i>), jajko (<i>jaja</i>), kielbasa biała z indyka* (<i>soja, mleko, gorczyca</i>).	Racuchy z jabłkiem: Smażone na oleju rzepakowym racuchy z mąki pszennej (<i>gluten</i>), mąki żytniej (<i>gluten</i>), drożdże suszone*, mleka 3,2 % (<i>mleko</i>), kefiru (<i>mleko</i>), jajka (<i>jaja</i>), jabłka, ekstraktu z wanilii*. Kompot owocowy*
Czwartek 25.04.2024	Herbata czarna z cytryną Chleb razowy* (<i>gluten</i>) oraz baton pszenny (<i>gluten, mleko</i>) z masłem 83% tł. (<i>mleko</i>) i kielbasa wiejska z Wadowic* oraz serek śmietankowy z ziołami* (<i>mleko</i>) i zielona pasta (awokado, szpinak, czosnek, ser feta grecka* (<i>mleko</i>), jogurt naturalny typu greckiego (<i>mleko</i>)), a także warzywa: papryka czerwona, marchewka, rzodkiewka, rukola. Dodatkowo orzechy laskowe (<i>orzechy</i>). Owoc: jabłko	Zupa krem z kukurydzy z groszkiem ptysiowym: wywar mięsny z udźca indyka, kukurydza, ziemniak, włoszczyzna (<i>seler</i>), cebula, natka pietruszki, jogurt naturalny (<i>mleko</i>), groszek ptysiowy* (<i>gluten, jaja, mleko, sezam</i>).	Jesienne curry: Curry z duszonego fileta z indyka, batata, pietruszki, kalafiora, cebuli, czosnku, pomidora, ciociorki konserwowej, natki pietruszki, mleczka kokosowego*. Całość podana z ugotowanym ryżem białym z dodatkiem masła 83% tł. (<i>mleko</i>). Kompot owocowy*
Piątek 26.04.2024	Herbata brzoskwiniowa z kwiatem rumianku Chleb razowy* (<i>gluten</i>) oraz baton pszenny (<i>gluten, mleko</i>) z masłem 83% tł. (<i>mleko</i>) i serem żółtym gouda* (<i>mleko</i>) oraz kabanos drobiowy z indykiem* i pasta z soczewicy: soczewica czerwona, marchew, a także warzywa: papryka żółta, pomidor malinowy, seler naciowy, rosłonka. Dodatkowo pestki dyni i płatki migdała. Owoc: banan i mandarynka	Zupa krem z białych warzyw z makaronem pszenną-jajecznym typu zacierka: wywar mięsny z udźca indyka, por, pietruszka, seler (<i>seler</i>), kalarepa, cebula, natka pietruszki, makaron zacierka (<i>gluten, jaja</i>), jogurt naturalny typu greckiego (<i>mleko</i>).	Pulpety rybne w sosie cytrynowym z ziemniakami i warzywami na parze: Pieczone w piecu konwekcyjnym pulpety z: ryby Miruna (<i>ryba</i>), cebuli, koperku, bułki pszennej (<i>gluten</i>), jajka (<i>jaja</i>) z sosem cytrynowym: cytryna, cebula szalotka, masło 83% tł. (<i>mleko</i>), śmietana 18% tł. (<i>mleko</i>). Całość podana z ugotowanymi ziemniakami i gotowanymi na parze warzywami: brokuł, kalafior, marchew z dodatkiem masła 83% tł. (<i>mleko</i>). Kompot owocowy*

Dotyczy jadłospisu w dniach 15.04.2024-19.04.2024

Dzieci mają dostęp do wody niegazowanej przez cały dzień.

Do przygotowywania potraw używamy następujących przypraw: sól biała jodowana, sól himalajska, pieprz czarny, pieprz ziółowy, papryka słodka, czosnek granulowany, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk suszony, pietruszka suszona, koper suszony, przyprawa do mięs linia szkoła curry, zioła prowansalskie, tymianek suszony.

Alergeny wyróżnione zostały na jadłospisie pogrubioną czcionką.

Wszelkie zmiany w jadłospisie uzależnione od dostaw artykułów spożywczych

***pomimo największych starań, istnieje możliwość, że w rybie trafi się ość.**

- * *Chleb razowy (Piekarnia Sobolewski)*: w zależności od dostawy jest to chleb graham, chleb cesarski, chleb słonecznikowy, chleb 7 ziaren, chleb firmowy z ziarnami, chleb jagielloński, chleb jagielloński ze słonecznikiem.
- * *Kompot owocowy*: śliwka węgierka, czarna porzeczka, wiśnia, truskawka, jabłko + dodatkowo rabarbar/ agrest/ malina.
- * *Szynka wieprzowa 100% mięsa (Dobra Dolina)*: mięso wieprzowe z szynki (100 g produktu otrzymano ze 100 g mięsa wieprzowego z szynki), sól, ocet w proszku, naturalny aromat, ekstrakty przypraw i owoców.
- * *Serek czekoladowy kanapkowy (Hochland)*: ser twarogowy, cukier, miazga kakaowa, kakao o obniżonej zawartości tłuszczu, skrobia z tapioki, sól. Zawartość czekolady 8 %.
- * *Kakao 10% tłuszczu (Wawel)*: kakao o obniżonej zawartości tłuszczu, regulator kwasowości: wodorowęglan sodu.
- * *Kiełbasa krakowska sucha (Tarczyński)*: mięso wieprzowe z szynki, sól, przyprawy, acerola w proszku, aromaty naturalne, Ze 146 g mięsa wieprzowego z szynki wyprodukowano 100 g produktu.
- * *Ser żółty edamski (Mlekpól)*: mleko (wyprodukowane bez stosowania GMO), sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia.
- * *Kabanos wieprzowy z cielęciny (Tarczyński, Gryzzale)*: mięso z szynki wieprzowej, mięso cielęce, sól, substancja żelująca: alginian sodu, przyprawy, aromaty, acerola w proszku, Ze 160 g mięsa wyprodukowano 100 g produktu.
- * *Serek śmietankowy naturalny Łaciaty (Mlekpól)*: serek śmietankowy, białka mleka, sól.
- * *Koncentrat barszczu czerwonego (Rolnik)*: woda, zagęszczony sok z buraków ćwikłowych (27%), cukier, sól, ocet spirytusowy, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy, ekstrakty przypraw.
- * *Herbata odporność (Herbapol)*: owoc dzikiej róży, kwiat bzu czarnego, jabłko, owoc bzu czarnego, kwiatostan lipy, ziele jeżówki purpurowej, skórka cytryny, naturalny aromat.
- * *Pasztet dworski z kaczką (Profi)*: mięso wieprzowe 53 %, wątroba z kurcząt 18 %, mięso z kaczki 10 %, jaja, tłuszcz wieprzowy, cebula, sól, czosnek, przyprawy.
- * *Ser mozzarella kulka (Temar)*: mleko krowie pasteryzowane, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, podpuszczka. Solanka: woda, sól.
- * *Drożdże babuni suszone (Lesaffre)*: drożdże piekarskie suszone, emulgator: E 491.
- * *Ekstrakt wanilia Dr. Qetker, opakowanie 30 ml*: cukier inwertowany, syrop glukozowy, woda, ekstrakt z wanilii, 0,6 % ziarna wanilii.
- * *Kiełbasa wiejska z Wadowic (Dobrowolscy)*: mięso wieprzowe (100 g wyrobu wyprodukowano ze 120 g mięsa wieprzowego), sól, cukier, pieprz czarny, czosnek. Osłonka jadalna: jelito wieprzowe.

Dotyczy jadłospisu w dniach 22.04.2024-26.04.2024

Dzieci mają dostęp do wody niegazowanej przez cały dzień.

Do przygotowywania potraw używamy następujących przypraw: sól biała jodowana, sól himalajska, pieprz czarny, pieprz ziółowy, papryka słodka, czosnek granulowany, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk suszony, pietruszka suszona, koper suszony, przyprawa do mięs linia szkoła, curry, zioła prowansalskie, tymianek suszony.

Alergeny wyróżnione zostały na jadłospisie pogrubioną czcionką.

Wszelkie zmiany w jadłospisie uzależnione od dostaw artykułów spożywczych

***pomimo największych starań, istnieje możliwość, że w rybie trafi się ość.**

- **Kiełbasa krakowska sucha (Tarczyński):* mięso wieprzowe z szynki, sól, przyprawy, acerola w proszku, aromaty naturalne, Ze 146 g mięsa wieprzowego z szynki wyprodukowano 100 g produktu.
- **Serek wiejski (Mlekpól):* ziarna twarogowe, śmietanka, sól.
- **Dżem truskawkowy 100% owoców (Łowicz):* truskawki (100 g truskawek zużyto na 100 g produktu), cukry pochodzące z owoców, zagęszczony sok cytrynowy do korekty smaku kwaśnego, substancja żelująca – pektyny.
- **Kiełbasa wieprzowa 100% mięsa (Dobra Dolina):* mięso wieprzowe (100 g produktu otrzymano ze 100 g mięsa wieprzowego), sól, przyprawy i ekstrakty przypraw, błonnik pszenny bezglutenowy, białko wieprzowe, susz z owoców aceroli.
- **Ser gouda (Mlekpól):* mleko, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia.
- **Ser mozzarella tarty (Mlekpól):* mleko, sól, kultury bakterii mlekowych, skrobia kukurydziana - zapobiega zbrylaniu się rozdrobnionego sera.
- **Ser parmigiano (Temar):* mleko krowie, sól, podpuszczka zwierzęca, Minimum 40 % tłuszczu w suchej masie.
- **Czekolada gorzka 70% (Wawel):* miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, emulgator: lecytyny.
- **Szynka wieprzowa 100% mięsa (Dobra Dolina):* mięso wieprzowe z szynki (100 g produktu otrzymano ze 100 g mięsa wieprzowego z szynki), sól, ocet w proszku, naturalny aromat, ekstrakty przypraw i owoców.
- **Majonez (Kielecki):* olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, gorczyca, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka jaj kurzych (7 %).
- **Ser biały prażony Sobik (Lactalis):* mleko pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury bakterii.
- **Ser feta grecka (President):* pasteryzowane mleko owcze, pasteryzowane mleko kozie, sól, kultury mleczarskie, stabilizator: chlorek wapnia, podpuszczka. **Koncentrat żurku (Rolnik):* woda, mąka żytnia (zawiera gluten), sól, przyprawy.
- **Kiełbasa biała z bazylią i majerankiem (Łukosz):* mięso z indyka (83%), woda, skrobia, sól spożywcza, błonnik sojowy, przyprawy (zawierają gorczycę), glukoza, białko mleko, glutaminian monosodowy, trifosforany, aromaty, izoaskorbinian sodu, guma tara, guma ksantanowa, ekstrakty przypraw, azotyn sodu.
- **Drożdże babuni suszone (Lesaffre):* drożdże piekarskie suszone, emulgator: E 491.
- **Ekstrakt wanilia Dr. Qetker, opakowanie 30 ml:* cukier inwertowany, syrop glukozowy, woda, ekstrakt z wanilii, 0,6 % ziarna wanilii.
- **Kiełbasa wiejska z Wadowic (Dobrowolscy):* mięso wieprzowe (100 g wyrobu wyprodukowano ze 120 g mięsa wieprzowego), sól, cukier, pieprz czarny, czosnek. Osłonka jadalna: jelito wieprzowe.
- **Serek Capresi śmietankowy z ziołami plastry (Polmlek):* serek śmietankowy 93,5 %, stabilizator: żelatyna wieprzowa, białka mleka, sól, zioła 0,6 %.
- **Ser żółty gouda (Mlekpól):* mleko pasteryzowane, sól, stabilizator: chlorek wapnia, kultury bakterii kwasu mlekowego, podpuszczka mikrobiologiczna.
- **Groszek ptysiowy (MW Dobry Wybór):* jaja świeże, mąka pszenna, olej rzepakowy, sól.
- **Mleczko kokosowe Goong (Pamapol):* ekstrakt z miąższu kokosa 86 %, woda.
- **Kabanos drobiowy z indykiem (Tarczyński, Gryzale):* mięso z kurczaka, mięso z indyka, skrobia, sól, substancja żelująca: alginian sodu, przyprawy, aromaty, acerola w proszku.