

Data	Śniadanie	Zupa	II Danie
Poniedziałek 29.04.2024	Kawa zbożowa: kawa zbożowa* ( <b>żyto</b> , <b>jęczmień</b> ), <b>mleko</b> 2% tł. Chleb razowy* ( <b>pszenica</b> , <b>żyto</b> ) oraz baton pszenny ( <b>pszenica</b> , <b>mleko</b> ) z masłem 83% tł. ( <b>mleko</b> ) i szynką wieprzową 100% mięsa* oraz pasta humus*( <b>seler</b> ), a także warzywa: kalarepa, papryka czerwona, kiełki warzyw, <b>seler</b> naciowy. Dodatkowo pestki dyni.	Zupa z fasolki szparagowej z ryżem brązowym: wywar mięsny z udźca indyka, fasolka szparagowa zielona, por, włoszczyzna (marchew, pietruszka, <b>seler</b> ), koperek, śmietana 18% tł. ( <b>mleko</b> ), jogurt naturalny typu greckiego ( <b>mleko</b> ), ryż brązowy.	Zapiekanka makaronowa z kurczaka i warzyw z sosem serowym: makaron pszenny rurki z warzywami ( <b>gluten</b> ), podpieczony w piecu konwekcyjnym fileta z kurczaka, brokuł, kalafior, marchewka, groszek, natka pietruszki, ser mozzarella* ( <b>mleko</b> ), śmietana 18% tł. ( <b>mleko</b> ), <b>jajko</b> . Napar owocowy* <u>Podwieczorek:</u> banan i kiwi
Wtorek 30.04.2024	Herbata czarna z cytryną. Chleb razowy* ( <b>pszenica</b> , <b>żyto</b> ) oraz baton pszenny ( <b>pszenica</b> , <b>mleko</b> ) z masłem 83% tł. ( <b>mleko</b> ) i serkiem śmietankowym* ( <b>mleko</b> )/ z ziołami* ( <b>mleko</b> ) oraz pasta rybna: (makrela w sosie pomidorowym*( <b>ryba</b> ), serek śmietankowy* ( <b>mleko</b> ), czerwona cebula, szczypior), a także warzywa: pomidor malinowy, ogórek zielony, liście szpinaku. Dodatkowo <b>orzechy</b> nerkowca.	Zupa koperkowa z makaronem pszennym muszelka: wywar mięsny z udźca indyka, świeży koperek, włoszczyzna (marchew, pietruszka, <b>seler</b> ), śmietana 18% ( <b>mleko</b> ), jogurt naturalny typu greckiego ( <b>mleko</b> ), makaron <b>pszenny</b> muszelka.	Kotlet siekany z indyka z ziemniakami i surówką z marchewki: Smażony na oleju rzepakowym kotlet z: fileta z indyka, sera mozzarella* ( <b>mleko</b> ), cebuli, natki pietruszki, mąki <b>pszennej</b> , <b>jajka</b> . Całość podana z ugotowanymi ziemniakami i surówką z marchewki: marchew, jabłko, jogurt naturalny typu greckiego ( <b>mleko</b> ). Kompot owocowy* <u>Podwieczorek:</u> gruszka.
Środa 01.05.2024	<b>DZIEŃ WOLNY</b>		
Czwartek 02.05.2024	Herbata odporność*. Chleb razowy* ( <b>pszenica</b> , <b>żyto</b> ) oraz baton pszenny ( <b>pszenica</b> , <b>mleko</b> ) z masłem 83% tł. ( <b>mleko</b> ) i serem żółtym gouda* ( <b>mleko</b> ) oraz kabanos drobiowy z indykiem*, a także warzywa: ogórek kiszony, marchew, papryka czerwona, rukola. Dodatkowo pestki słonecznika.	Krupnik z kielbasą z szynki 100%, kaszą jęczmienną i ziemniakami: wywar mięsny z udźca indyka, podpieczona w piecu konwekcyjnym kielbasa z szynki wieprzowej 100% mięsa*, ziemniaki, włoszczyzna (marchew, pietruszka, <b>seler</b> ), natka pietruszki, kasza <b>jęczmienna</b> .	Naleśniki z serkiem czekoladowym i dżemem brzoskwiniowym: smażone na oleju rzepakowym naleśniki z mąki <b>pszennej</b> , mąki <b>żytniej</b> , <b>jajka</b> , <b>mleka</b> 2% tł. Nadzienie do wyboru: serek kanapkowy czekoladowy* ( <b>mleko</b> ) oraz dżem brzoskwiniowy 100% owoców*. Kompot owocowy* <u>Podwieczorek:</u> jabłko.
Piątek 03.05.2024	<b>DZIEŃ WOLNY</b>		

Data	Śniadanie	Zupa	II Danie
Poniedziałek 06.05.2024	Rumianek. Chleb razowy* ( <i>pszenica, żyto</i> ) oraz baton pszenny ( <i>pszenica, mleko</i> ) z masłem 83% tł. ( <i>mleko</i> ) i kiełbasą suchą krakowską* oraz ser biały prażony* ( <i>mleko</i> ), a także warzywa: ogórek kiszony, papryka żółta, rzodkiewka, rukola. Dodatkowo <i>orzechy</i> włoskie.	Zupa krem ze szpinaku z kaszą kuskus: wywar mięsny z udźca indyka, szpinak, włoszczyzna (marchew, pietruszka, <i>seler</i> ), natka pietruszki, jogurt naturalny ( <i>mleko</i> ), kasza kuskus ( <i>pszenica</i> ).	Łazanki z kiełbasą z szynki wieprzowej: Łazanki z ugotowanego makaronu pszennego łazanka ( <i>gluten</i> ), podpieczonej w piecu konwekcyjnym kiełbasy z szynki wieprzowej 100% mięsa*, kapusty kiszzonej, kapusty białej, przecieru pomidorowego. Napar owocowy* <u>Podwieczorek:</u> gruszka i pomarańcza
Wtorek 07.05.2024	Herbata czarna z cytryną i imbirem Budyń czekoladowy: budyń czekoladowy*, <i>mleko</i> 2% tł. Chleb razowy* ( <i>pszenica, żyto</i> ) oraz baton pszenny ( <i>pszenica, mleko</i> ) z masłem 83% tł. ( <i>mleko</i> ) i szynką wieprzową 100% mięsa* oraz zieloną pastą (groszek konserwowy, serek śmietankowy* ( <i>mleko</i> )), a także warzywa: ogórek zielony, papryka czerwona, kielki warzyw, roszonka. Dodatkowo pestki słonecznika.	Zupa gołąbkowa: gotowane mięso mielone z fileta z indyka, kapusta włoska, pomidor, włoszczyzna (marchew, pietruszka, <i>seler</i> ), por, cebula, czosnek, koper, przecier pomidorowy, śmietana 18% tł. ( <i>mleko</i> ), ryż biały.	Placki z ricotty z bananami: smażone na oleju rzepakowym placki z: mąki <i>pszennej</i> i mąki <i>żytniej</i> , sera ricotta* ( <i>mleko</i> ), <i>mleka</i> 2%, masła 82% tł. ( <i>mleko</i> ), <i>jajek</i> , bananów. Całość podana z jogurtem borówkowym: borówka mrożona, jogurt naturalny typu greckiego ( <i>mleko</i> ). Kompot owocowy* <u>Podwieczorek:</u> jabłko i arbuz
Środa 08.05.2024	Mleko waniliowe: <i>mleko</i> 2% tł., laska wanilii. Chleb razowy* ( <i>pszenica, żyto</i> ) oraz baton pszenny ( <i>pszenica, mleko</i> ) z masłem 83% tł. ( <i>mleko</i> ) i pasztetem z królikiem* ( <i>jaja</i> ) oraz parówki z szynki wieprzowej 100% mięsa* z dodatkiem ketchupu*, a także warzywa: pomidor malinowy, marchew, ogórek kiszony, rukola. Dodatkowo pestki dyni.	Rosół z makaronem pszennym krajanka i natką pietruszki: wywar mięsny z udźca indyka, marchew, pietruszka, <i>seler</i> , por, lubczyk, natka pietruszki, makaron <i>pszenny</i> krajanka.	Burgery z indyka z cukinią i kaszą jaglaną z puree ziemniaczano-dyniowym Pieczone w piecu konwekcyjnym burgery z: fileta z piersi indyka, cukinii, kaszy jaglanej, cebuli, czosnku, natki pietruszki, <i>jajka</i> . Całość podana z puree ziemniaczano-dyniowym: ziemniaki, dynia, <i>mleko</i> 2% tł. i gotowanym na parze bukietem warzyw (kalafior, brokuł, marchew) z dodatkiem masła 83% tł. ( <i>mleko</i> ). Woda z cytryną i miętą* <u>Podwieczorek:</u> jabłko i kiwi
Czwartek 09.05.2024	Herbata malinowa z kwiatem róży Chleb razowy* ( <i>pszenica, żyto</i> ) oraz baton pszenny ( <i>pszenica, mleko</i> ) z masłem 83% tł. ( <i>mleko</i> ) i serem żółtym tyłzyckim* ( <i>mleko</i> ) oraz sałatka jarzynowa: marchew, pietruszka, <i>seler</i> ( <i>seler</i> ), kukurydza konserwowa, <i>jajko</i> ugotowane na twardo, majonez* ( <i>jaja, gorczyca</i> )), a także warzywa: kalarepa, papryka żółta, pomidor koktajlowy, liście szpinaku. Dodatkowo <i>orzechy</i> nerkowca.	Zupa krem ziemniaczana z grzankami: wywar mięsny z udźca indyka, ziemniaki, <i>seler</i> , marchewka, por, cebula, czosnek, natka pietruszki, śmietana 12% ( <i>mleko</i> ), jogurt naturalny typu greckiego ( <i>mleko</i> ), grzanki <i>pszenne</i> .	Kurczak w sosie śmietanowo-porowym z ryżem białym i surówką z czerwonej kapusty: Filet z kurczaka podsmażony na oleju rzepakowym, a następnie duszony w sosie: marchew, por, koper, śmietana 18% tł. ( <i>mleko</i> ). Całość podana z ugotowanym ryżem białym z dodatkiem masła 83% tł. ( <i>mleko</i> ) i surówką z czerwonej kapusty: czerwona kapusta, kukurydza konserwowa, jogurty naturalny typu greckiego ( <i>mleko</i> ), natka pietruszki. Kompot owocowy* <u>Podwieczorek:</u> banan i mandarynka
Piątek 10.05.2024	Melisa z pomarańczą Chleb razowy* ( <i>pszenica, żyto</i> ) oraz baton pszenny ( <i>pszenica, mleko</i> ) z masłem 83% tł. ( <i>mleko</i> ) i szynką wieprzową 100% mięsa* oraz twarogiem z warzywami (twaróg ( <i>mleko</i> ), jogurt naturalny typu greckiego ( <i>mleko</i> ), ogórek zielony, rzodkiewka, koper), a także warzywa: ogórek zielony, pomidor czekoladowy, kielki warzyw, sałata strzypiasta zielona. Dodatkowo pestki dyni.	Zupka pomidorowa z makaronem pszennym koraliki: wywar mięsny z udźca indyka, pasata pomidorowa, przecier pomidorowy, włoszczyzna (marchew, pietruszka, <i>seler</i> ), natka pietruszki, śmietana 18% tł. ( <i>mleko</i> ), jogurt naturalny typu greckiego ( <i>mleko</i> ) makaron pszenno – jajeczny koraliki ( <i>pszenica, jaja</i> ).	Ryba z frytkami i mizerią: Pieczona w piecu konwekcyjnym ryba Miruna ( <i>ryby</i> ) w panierce z bułki tartej ( <i>gluten</i> ), mąki <i>pszennej</i> i <i>jajka</i> . Całość podana z frytkami pieczonymi w piecu konwekcyjnym i mizerią: ogórek zielony, jogurt naturalny ( <i>mleko</i> ). Napar owocowy*. <u>Podwieczorek:</u> gruszka i melon



## Dotyczy jadłospisu w dniach 29.04.2024-02.05.2024

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, oregano suszone.

**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 lub chleb słonecznikowy.
- \* *Kompot owocowy*: śliwka węgierka, czarna porzeczka, wiśnia, truskawka, jabłko + dodatkowo rabarbar/ agrest/ malina.
- \* *Napar owocowy*: jabłko, owoce aronii, kwiat hibiskusa, owoce maliny, aromat.
- \* *Kawa zbożowa (Inka)*: zboża 78% (jęczmień, żyto), cykorja.
- \* *Szynka wieprzowa 100% mięsa (Dobra Dolina)*: mięso wieprzowe z szynki (100 g produktu otrzymano ze 100 g mięsa wieprzowego z szynki), sól, naturalny aromat, ekstrakty przypraw i owoców.
- \* *Pasta humus (Wawrzyniec)*: ciecierzycza, olej rzepakowy, seler, woda, cebula, nasiona słonecznika, sól, koncentrat soku z cytryny, cebula suszona, czarnuszka, pieprz.
- \* *Ser mozzarella (Mlekpól)*: mleko, sól, kultury bakterii mlekowych.
- \* *Serek Capresi śmietankowy z ziołami plastry (Polmlek)*: serek śmietankowy 93,5 %, stabilizator: żelatyna wieprzowa, białka mleka, sól, zioła 0,6 %.
- \* *Serek Capresi śmietankowy (Polmlek)*: serek śmietankowy 97,7 %, stabilizator: żelatyna wieprzowa, białka mleka, sól, aromat śmietankowy.
- \* *Serek śmietankowy naturalny Łaciaty (Mlekpól)*: serek śmietankowy, białka mleka, sól.
- \* *Filet z makreli w kremie pomidorowym (Lisner)*: filety z makreli, sos pomidorowy [woda, koncentrat pomidorowy, cukier, olej rzepakowy, sól, ocet spirytusowy, przyprawy, skrobia modyfikowana, substancje zagęszczające: guma guar, aromat].
- \* *Herbata na odporność Ziół Mnicha (Herbapol)*: korzeń prawoślazu, liść babki lancetowatej, owoc bzu czarnego, kłącze imbiru, kłącze kurkumy, liść mięty pieprzowej.
- \* *Ser żółty gouda (Mlekpól)*: mleko pasteryzowane, sól, stabilizator: chlorek wapnia, kultury bakterii kwasu mlekowego, podpuszczka mikrobiologiczna.
- \* *Kabanos drobiowy z indykiem (Tarczyński, Gryzzale)*: mięso z kurczaka, mięso z indyka, skrobia, sól, substancja żelująca: alginian sodu, przyprawy, aromaty, acerola w proszku.
- \* *Kiełbasa z szynki wieprzowej 100% mięsa (Dobra Dolina)*: mięso wieprzowe (100 g produktu otrzymano ze 100 g mięsa wieprzowego), sól, przyprawy, naturalne aromaty.
- \* *Serek czekoladowy kanapkowy (Hochland)*: ser twarogowy, cukier, miazga kakaowa, kakao o obniżonej zawartości tłuszczu, skrobia z tapioki, sól. Zawartość czekolady 8 %.
- \* *Dżem brzoskwiniowy 100% owoców (Łowicz)*: brzoskwinie (100 g brzoskwiń zużyto na 100 g produktu), cukry pochodzące z owoców, zagęszczony sok cytrynowy do korekty smaku kwaśnego, substancja żelująca - pektyny, Sporządzono ze 100 g owoców na 100 g produktu.

## Dotyczy jadłospisu w dniach 06.05.2024-10.05.2024

Dzieci maja dostęp do wody niegazowanej przez cały dzień.

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

**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 lub chleb słonecznikowy.

\* *Kompot owocowy*: śliwka węgierka, czarna porzeczka, wiśnia, truskawka, jabłko + dodatkowo rabarbar/ agrest/ malina.

\* *Napar owocowy*: jabłko, owoce aronii, kwiat hibiskusa, owoce maliny, aromat. \**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 biały prażony Sobik (Lactalis)*: mleko pasteryzowane, sól, podpuszczka mikrobiologiczna, kultury bakterii.

\* *Kiełbasa z szynki wieprzowej 100% mięsa (Dobra Dolina)*: mięso wieprzowe (100 g produktu otrzymano ze 100 g mięsa wieprzowego), sól, przyprawy, naturalne aromaty.

\* *Budyń czekoladowy (Winiary)*: skrobia, kakao w proszku o obniżonej zawartości tłuszczu.

\* *Szynka wieprzowa 100% mięsa (Dobra Dolina)*: mięso wieprzowe z szynki (100 g produktu otrzymano ze 100 g mięsa wieprzowego z szynki), sól, naturalny aromat, ekstrakty przypraw i owoców.

\* *Serek śmietankowy naturalny Łaciaty (Mlepol)*: serek śmietankowy, białka mleka, sól.

\* *Ser ricotta (Euroser)*: serwatka z mleka, śmietanka z mleka, sól, regulator kwasowości: kwas mlekowy. Zawartość tłuszczu w suchej masie min. 40 %.

\* *Pasztet dworski z królikiem (Profi)*: mięso z kurcząt 35 %, tłuszcz wieprzowy, wątroba z kurcząt 18 %, mięso z królika 10 %, jaja, cebula, sól, czosnek, przyprawy.

\* *Parówki z szynki 100% mięsa (Dobra Dolina)*: mięso wieprzowe z szynki (100 g produktu otrzymano ze 100 g mięsa wieprzowego z szynki), sól, przyprawy, ekstrakty owoców, warzyw i przypraw, aromaty naturalne.

\* *Ketchup (Devoley)*: 79 % przecier pomidorowy (206 g pomidorów na 100 g ketchupu), cukier, ocet spirytusowy, naturalna sól kamienna, przyprawy, naturalne składniki.

\* *Ser żółty tyłczyki (Mlepol)*: mleko, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia.

\* *Majonez (Kielecki)*: olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, gorczyca, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka jaj kurzych (7 %).