

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| **SZWEDZKI PONIEDZIAŁEK 09.06.2025** | | | |
| kasza kukurydziana na mleku,  chleb żytni z masłem,  frankfurterki, ser żółty,  sałata, papryka,  herbata owocowa | truskawki | zupa z soczewicy,  pierogi z serem białym, jogurtem i cynamonem, surówką z owoców sezonowych,  kompot porzeczkowy | ciasto cytrynowe  – wyrób własny,  kawa na mleku / herbata  UROCZYSTE ZAKOŃCZENIE ROKU SZKOLNEGO – GRUPA III i V |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:* | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 3, 7* |
| **OWOCOWY WTOREK 10.06.2025** | | | |
| kajzerka z masłem,  twarożek z pomarańczą,  kakao / herbata | sok naturalny tłoczony na zimno: jabłko, marchew, pietruszka, cytryna | kapuśniak z młodej kapusty,  pulpeciki drobiowe w sosie chrzanowym, kasza gryczana, surówka ze szpinaku i pomidorów,  kompot z czarnej porzeczki | kisiel owocowy – wyrób własny, ciasteczka zbożowe,  kawa na mleku / herbata z cytryną |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:* | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1* |
| **JOGURTOWA ŚRODA 11.06.2025** | | | |
| makaron na mleku,  chleb pszenno-żytni z masłem,  wędlina, sałata, papryka,  herbata ziołowa | jogurt naturalny z nektarynką | zupa truskawkowa,  smażony filet z dorsza, puree ziemniaczane z koperkiem,  surówka z kiszonej kapusty | chleb żytni z masłem i dżemem, banan,  bawarka / herbata |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 4, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **WARZYWNY CZWARTEK 12.06.2025** | | | |
| bułka grahamka,  pasta z sera białego z ziołami,  listek mięty,  kakao / herbata | talerz kolorowych warzyw do chrupania | zupa z botwinki,  klops a’la gołąbek w sosie pomidorowym, kasza bulgur, mix sałat z jogurtem,  lemoniada pomarańczowa | chleb żytni z masłem,  schab pieczony,  sałata, ogórek, kiełki,  herbata rumiankowa |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:* | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **KOKTAJLOWY PIĄTEK 13.06.2025** | | | |
| płatki jęczmienne na mleku,  chleb żytni z masłem, ser żółty, sałata, pomidor,  herbata owocowa | koktajl mleczny z maślanki naturlanej z wiśnią | biały barszcz,  filet z indyka w płatkach kukurydzianych, ziemniaki,  mizeria z jogurtem,  kompot śliwkowy | mus owocowy: jabłko, banan, czarna porzeczka, ananas,  rogalik maślany,  bawarka / herbata |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ALERGENY  Podane w jadłospisie liczby oznaczają wymienione niżej alergeny | | | |
| SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI (wg załącznika II do Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady UE Nr 1169/2011 z dnia 25 sierpnia 2011 r.) | | | |
| 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO2 dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców. 13. Łubin i produkty pochodne. 14. Mięczaki i produkty pochodne. | | | |
| GRAMATURA POSIŁKÓW | | | |
| Śniadanie:  Zupa mleczna  Pieczywo  Masło  Wędlina/ser żółty  Pomidor, ogórek  Papryka, rzodkiewka  Napój  II śniadanie:  Owoce  Warzywa  Orzechy, ziarenka  Sok świeży  Obiad:  Zupa  Kotlet mielony, schabowy, z piersi kurczaka  Klops  Udko kurczaka  Mięso duszone bez panierki  Gulasz, mięso razem z sosem  Ziemniaki  Ryż, kasza, makaron  Surówka  Mizeria  Warzywa gotowane z wody  Dodatek warzywa (pasek papryki, krążek marchewki) | 200 g  35 g  6 g  15 g  30 g  20 g  150 g  80-100 g  20-30 g  5 g  130 g  250-300 g  65 g  60 g  85 g  55 g  100-120 g  150 g  80-100 g  100 g  120 g  70 g  30 g | **Podwieczorek:**  Pieczywo  Masło  Wędlina  pomidor, ogórek, papryka, rzodkiewka  ciastko, biszkopt  ciasto  owoce  sałatka  placki ziemniaczane, racuchy | 25 g  4 g  15 g  20 g  40 g  100 g  50 g  70 g  100 g |