

**Jadłospis od 1.07. - 5.07.2024 r**

<b>Poniedziałek – 1.07.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb pszenno-żytni z masłem</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>połędwica z indyka, ogórek zielony, herbata z cytryną</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Owoc sezonowy</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i ziemniakami</b> /wywar mięsny drobiowy: kurczak; zielony groszek, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, śmietana 18% z mleka, pietruszka natka, ziemniaki, przyprawy/  <b>Ryż z musem ze świeżych truskawek</b> /ryż, świeże truskawki, jogurt naturalny z mleka, cukier trzcinowy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Chlebek kukurydziany z masłem</b> /mąka kukurydziana, mąka pszenna – gluten, mąka żytnia – gluten woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, <b>mozzarella /z mleka/ z oliwkami zielonymi i pomidorem</b>
<b>Wtorek – 2.07.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb foremka „cegielka” z masłem</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka pszenna 500 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>jajko, sos ketchupowo – majonezowy, szczypiorek, herbata owocowa</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Kalarepka</b>
<b>Obiad</b>	<b>Krem z pomidorów z grzankami z bagietki</b> /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, śmietana 30% z mleka, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/  <b>Wolno pieczony schab w sosie własnym, kasza perłowa, surówka z buraczków z jabłkiem</b> /schab, mąka typ 500 - gluten, kasza perłowa – gluten, buraki, jabłko, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Jogurt naturalny /jogurt z mleka/ z truskawkami i chrupkami kukurydzianymi</b>

<b>Środa – 3.07.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Kaszka manna na mleku</b> /mleko, kasza manna - gluten/, <b>chleb wiejski z masłem</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, <b>parówka na ciepło</b> /100% z szynki/, <b>ketchup, papryka, herbata z cytryną</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Owoc sezonowy</b>
<b>Obiad</b>	<b>Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką</b> /wywar mięsny: mięso wołowe, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszenna - gluten/  <b>Filet drobiowy panierowany, młode ziemniaki, mizeria</b> /filet z kurczaka, mąka pszenna - gluten, bułka tarta- gluten, jajka, mleko 2%, świeży ogórek, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Pana cotta z musem z malin</b> /mleko, jogurt naturalny, śmietana 30%, cukier, żelatyna, maliny mrożone/, <b>palki kukurydziane</b>
<b>Czwartek - 4.07.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb żytni razowy z masłem</b> /mąka żytnia razowa 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/ <b>z twarogiem</b> /z mleka/ <b>i konfiturą owocową, kawa zbożowa inka</b> /kawa inka – gluten, mleko/
<b>II Śniadanie</b>	<b>Owoc sezonowy</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa ogórkowa z ryżem</b> /wywar mięsny: kości cielece, ogórki kwaszone, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, ryż, śmietana 18% - z mleka, lubczyk, susz warzywny/  <b>Spaghetti bolońskie</b> /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, mięso mielone wołowe, pomidory pelatti, czosnek, przyprawy/  <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Bułka z ziarnami z masłem</b> /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka, ziarna; siemię lniane, słonecznik, sezam/, <b>ser żółty</b> /z mleka/, <b>pomidor</b>
<b>Piątek – 5.07.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Bułka grahamka z masłem</b> /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>pasta rybna z lososia</b> /łosoś - ryba, ser biały, papryka, cebula, przyprawy/, <b>herbata z cytryną</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Mix orzechów</b>
<b>Obiad</b>	<b>Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami</b> /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, mąka orkiszowa - gluten, śmietana 18% z mleka, zielona pietruszka, przyprawy/  <b>Pierogi ruskie z cebulką, surówka z marchewki, jabłka i brzoskwini</b> /mąka pszenna- gluten, mąka, ser biały z mleka, ziemniaki, marchewka, jabłko, brzoskwinia, śmietana 18% z mleka, przyprawy/  <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ciasto cytrynowe z imbirem</b> /mąka pszenna - gluten, mąka razowa, frużelina cytrynowa, skórka z cytryny, świeży imbir, jaja, proszek do pieczenia – gluten, olej rzepakowy, cukier trzcinowy/

**Jadłospis od 8.07. - 12.07.2024 r**

**Poniedziałek – 8.07.24 r**

<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb pszenno-żytni z masłem</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>kielbasa krakowska, ogórek małosolny, herbata z cytryną</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Owoc sezonowy</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa pomidorowa z makaronem</b> /wywar mięsny drobiowo: indyk; warzywny: marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 12% z mleka, mąka pszenna- gluten, przyprawy/ <b>Pampuchy z musem ze świeżych truskawek</b> /mąka pszenna - gluten, drożdże, olej rzepakowy, jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka, świeże truskawki, cukier/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Chleb graham z masłem</b> /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>szynka gotowana, pomidor</b>

**Wtorek – 9.07.24 r**

<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb wiejski z masłem</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, <b>wiejski twaróg ze szczypiorkiem</b> /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/, <b>herbata żurawinowa</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Owoc sezonowy</b>
<b>Obiad</b>	<b>Żurek staropolski z kielbasą i ziemniakami</b> /wywar mięsny (kielbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, seler, zakwas żurku, mąka żytnia - gluten, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ <b>Gulasz z szynki po węgiersku z makaronem „świderki”, ogórek kiszony</b> /makaron pszenny – gluten, jajko, mięso: szynka wieprzowa, mąka typ 500 - gluten, ogórek kiszony, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Chalka z masłem</b> /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/+ <b>powidła śliwkowe + kalarepka</b>

<b>Środa – 10.07.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi i żurawiną</b> /mleko, płatki jęczmienne – gluten/, <b>bułka kajzerka z masłem</b> /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, <b>ser żółty</b> /z mleka/, <b>ogórek zielony, herbata z cytryną</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Marchewka</b>
<b>Obiad</b>	<b>Krem z pieczonych buraczków z czosnkiem i groszkiem ptysiowym</b> /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; wywar z buraków czerwonych, <u>mąka orkiszowa - gluten</u> , <u>śmietana 18% z mleka</u> , czosnek, groszek ptysiowy: <u>mąka pszenna- gluten</u> , <u>jajko</u> , przyprawy/  <b>Filet drobiowy zapiekany z serem mozzarella i pomidorem, młode ziemniaki, surówka wiosenna</b> /filet z kurczaka, <u>ser mozzarella z mleka</u> , pomidor, kapusta pekińska, ogórek świeży, pomidor, rzodkiewka, sos vinaigrette: oliwa z oliwek, cytryna, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Buleczka wodna</b> /mąka pszenna 500, woda, drożdże sól/ + <b>owoce sezonowe: truskawki lub arbuz</b>
<b>Czwartek - 11.07.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb graham z masłem</b> /mąka graham 2000 - gluten, <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, <b>kielbaski „frankfurterki” na ciepło, ketchup, papryka, kawa zbożowa inka</b> /kawa inka – gluten, mleko/
<b>II Śniadanie</b>	<b>Owoc sezonowy</b>
<b>Obiad</b>	<b>Krupnik warzywny na kaszy jęczmiennej z ziemniakami i zieloną pietruszką</b> /kasza jęczmienna - gluten, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, pietruszka natka, sól morską, <u>śmietana z mleka</u> , przyprawy/  <b>Naleśniki z jabłkami i polewą jogurtową</b> /mąka pszenna - gluten, <u>mąka żytnia- gluten</u> , <u>jajka</u> , <u>mleko 1,5%</u> , jabłka, cukier brązowy, <u>jogurt naturalny z mleka</u> /  <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Bułka z ziarnami z masłem</b> /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u> , <u>ziarna</u> /, <b>domowy humus</b> /ciecierzyca pomidor, suszony pomidor, olej rzepakowy, <u>sezam</u> /, <b>ogórek zielony</b>
<b>Piątek – 12.07.24 r.</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb staropolski</b> (żytni domowy) <b>z masłem</b> / <u>mąka żytnia 720 - gluten</u> , <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>kwask żytni - gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, <b>pasta jajeczna ze szczypiorkiem</b> / <u>jajka</u> , <u>majonez</u> , <u>jogurt naturalny z mleka</u> , <u>szczypiorek</u> /, <b>kakao na mleku 2%</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Granola orzechowa</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa koperkowa z ryżem</b> /wywar mięsny: kaczka, <u>śmietana 18% z mleka</u> , marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, świeży koper, pietruszka natka, lubczyk, ryż/  <b>Paluszki rybne, młode ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem</b> /filet z ryb białych, <u>mąka typ 500 - gluten</u> , olej słonecznikowy, woda, skrobia ziemniaczana, sól, drożdże, ziemniaki, <u>masło z mleka</u> , fasolka szparagowa, <u>masło z mleka</u> , przyprawy/  <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ciasto buraczane „brownie” z kawałkami gorzkiej czekolady</b> /mąka pszenna - gluten, <u>mąka razowa</u> , <u>jaja</u> , olej rzepakowy, kakao naturalne, buraki, gorzka czekolada, cukier trzcinowy, <u>proszek do pieczenia – gluten</u>

**Jadłospis od 15.07. - 19.07.2024 r**

**Poniedziałek – 15.07.24r**

<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb pszenno-żytni z masłem</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, <b>szynka wiejska, pomidor, herbata z cytryną</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Owoc sezonowy</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa jarzynowa z ziemniakami</b> /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, <u>śmietana 18% z mleka</u> , pietruszka natka, ziemniaki, przyprawy/  <b>Makaron „muszelki” z serem białym i musem ze świeżych borówek</b> /makaron pszenny: muszelki: mąka pszenna – gluten, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, <u>śmietana 12% z mleka</u> , świeże borówki, cukier/  <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Chleb słonecznikowy ciemny z masłem</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, pszenica prażona, ziarna słonecznika, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, <b>ser żółty /z mleka/, ogórek</b>

**Wtorek – 16.07.24 r**

<b>Śniadanie</b>	<b>Płatki jaglane na mleku</b> /płatki jaglane, <u>mleko</u> /, <b>chalka z masłem</b> /mąka pszenna- gluten, <u>mleko</u> , <u>masło z mleka</u> , jajko, drożdże/ <b>i konfiturą owocową, herbata z cytryną</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Biała rzepa</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa ogórkowa z ryżem</b> /wywar mięsny: kości cielęce, ogórki kwaszone, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, ryż, <u>śmietana 18% - z mleka</u> , lubczyk, susz warzywny/  <b>Duszony filet z indyka w sosie koperkowym, kasza jęczmienna, surówka z białej kapusty z marchewką</b> /filet z indyka, <u>mąka poznańska - gluten</u> , <u>śmietana 18% z mleka</u> , świeży koperek, <u>kasza jęczmienna – gluten</u> , biała kapusta, marchewka, cebula, oliwa z oliwek, przyprawy/  <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Budyń czekoladowy</b> / <u>mleko</u> , skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kakao, kurkumina, cukier/, <b>pieczywo chrupkie 3 zboża</b> /mąka pszenna, żytnia – gluten/

<b>Środa – 17.07.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Buleczka kukurydziana z masłem</b> /mąka kukurydziana, mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>jajko, pomidor, kawa zbożowa inka</b> /kawa inka – gluten, mleko/
<b>II Śniadanie</b>	<b>Owoc sezonowy</b>
<b>Obiad</b>	<b>Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką</b> /marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, mięso wołowe, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszenna - gluten/ <b>Podudzia pieczone, młode ziemniaki, młoda kapusta gotowana z koperkiem</b> /podudzia z kurczaka, ziemniaki, mleko, masło z mleka, kapusta biała, mąka orkiszowa - gluten, koperek, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Chleb graham z masłem</b> /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>wiejski twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką</b> /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/
<b>Czwartek - 18.07.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb staropolski</b> (żytni domowy) <b>z masłem</b> /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>ser żółty /z mleka/, ogórek zielony, herbata z cytryną</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Owoc sezonowy</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa kalafiorowa z makaronem „muszelki” i zieloną pietruszką</b> /kalafior, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, śmietana 18% z mleka, makaron pszenny: gluten, pietruszka natka, lubczyk, sól morską, majeranek, koper/ <b>Pierogi z mięsem</b> /wołowina, cebula, mąka pszenna - gluten, mąka jęczmienna- gluten, przyprawy/, <b>sałatka z ogórka kiszzonego, pomidora i cebulki</b> /ogórek kiszony, pomidor, cebula, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Mus owocowy (borówkowy) z jogurtem naturalnym</b> /jogurt z mleka/, <b>ciasteczka kruche domowe</b> /masło, tłuszcz roślinny, cukier puder, proszek do pieczenia, cukier waniliowy, mąka pszenna, żółtka jajek, cukier/
<b>Piątek – 19.07.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Bulka grahamka z masłem</b> /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>pasta rybna – jajeczna</b> /tuńczyk- ryba, jajka, szczypiorek, papryka, cebula, majonez, przyprawy/, <b>herbata owocowa</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Mix orzechów</b>
<b>Obiad</b>	<b>Krem z soczewicy z pomidorami, czosnkiem i grzankami</b> /wywar warzywny: marchewka, seler; soczewica, pomidory pelatti, czosnek, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ <b>Racuszki z jabłkami</b> /mleko 2,0%, mąka tortowa- gluten, mąka orkiszowa - gluten, jajka, jabłka/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Tortilla z szynką, serkiem śmietanowym, pomidorem i sałatą zieloną</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, sól, olej rzepakowy, mleko, przyprawy/

**Jadłospis od 22.07. - 26.07.2024 r**

**Poniedziałek – 22.07.24 r**

<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb pszenno-żytni z masłem</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>kielbasa krakowska, ogórek małosolny, herbata z cytryną</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Owoc sezonowy</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa pomidorowa z ryżem</b> /wywar mięsny: kaczka, warzywny: marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 12% z mleka, przyprawy/ <b>Makaron „muszelki” z prażonymi jabłkami i gruszkami oraz polewą jogurtową - cynamonową</b> /makaron pszenny – gluten, jabłka, gruszki, cynamon, jogurt z mleka, cukier/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Bulka z ziarnami z masłem</b> /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka, ziarna/, <b>pasztet pieczony</b> /mięso wp., jajko, mąka pszenna - gluten, mleko w proszku, mleko/, <b>papryka</b>

**Wtorek – 23.07.24 r**

<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb graham z masłem</b> /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, <b>pasta włoska: twarożek z pomidorami suszonymi i bazylią</b> /ser biały z mleka, suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, <b>herbata żurawinowa</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Kalarepka</b>
<b>Obiad</b>	<b>Barszcz biały zabieleny z kielbasą i ziemniakami</b> /kielbasa, barszcz w butelce - gluten, marchewka, pietruszka, seler, por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, kielbasa biała, śmietana 18% z mleka, sól morską, pieprz/ <b>Risotto z grillowanym kurczakiem, cukinią i papryką</b> /filet z kurczaka, ryż, cebula, cukinia, papryka, marchewka, brokuł, kalafior, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Koktajl borówkowy na maślanec z płatkami owsianymi</b> /maślanka z mleka, borówki, płatki owsiane - gluten/, <b>palki kukurydziane</b>

**Środa – 24.07.24 r**

<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb kukurydziany z masłem</b> /mąka kukurydziana, mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>jajecznicą</b> /jajka, masło z mleka/, <b>pomidor, kakao na mleku 2%</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Owoc sezonowy</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa jarzynowa z makaronem</b> /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, śmietana 18% z mleka, pietruszka natka, makaron pszenny: gluten, przyprawy/ <b>Nuggetsy z kurczaka (pieczone) w płatkach kukurydzianych marynowane w mleku, młode ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem</b> /filet z kurczaka, płatki kukurydziane, jajka, mleko 2%, mąka orkiszowa- gluten, ziemniaki, mleko, masło z mleka, fasolka, masło z mleka, przyprawy/

	<b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Kisiel truskawkowy</b> /skrobia ziemniaczana, kwas cytrynowy, aromat truskawkowy identyczny z naturalnym, sól, barwnik: ekstrakt z czarnej marchwi, koncentrat soku buraczanego, cukier/, <b>ciasteczka cytrynowe</b> /masło, cukier puder, jajka, sok z cytryny, <u>mąka pszenna - gluten</u> , proszek do pieczenia/
<b>Czwartek - 25.07.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb wiejski z masłem</b> / <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>mąka żytnia 720 – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, <b>ser żółty</b> / <u>z mleka</u> /, <b>pomidor, herbata z cytryną</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Granola orzechowa</b>
<b>Obiad</b>	<b>Krem brokułowo-groszkowy z grzankami z bagietki</b> /brokuły, groszek zielony, ziemniaki, cebula, <u>masło</u> , naturalny bulion z warzyw, <u>śmietana</u> , <u>grzanki pszenne - gluten</u> , przyprawy/ <b>Naleśniki z serem białym i polewą ze świeżych malin</b> / <u>mąka pszenna - gluten</u> , jajka, mleko 1,5%, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, <u>świeże maliny</u> , cukier brązowy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Kapuśniaczki z czarnuszką (2 szt)</b> / <u>mąka pszenna- gluten</u> , <u>masło z mleka</u> / + <b>owoc sezonowy</b>
<b>Piątek – 26.07.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Bulka grahamka z masłem</b> / <u>mąka graham 2000 - gluten</u> , <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, <b>pasta jajeczna ze szczypiorkiem</b> / <u>jajka</u> , <u>majonez</u> , <u>jogurt naturalny z mleka</u> , <u>szczypiorek</u> /, <b>kawa zbożowa inka</b> / <u>kawa inka – gluten</u> , <u>mleko</u> /
<b>II Śniadanie</b>	<b>Owoc sezonowy</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa grysikowa na rosole</b> /wywar mięsny drobiowy: kurczak – warzywny: marchewka, <u>seler</u> , por; kapusta włoska, kalafior, brokuł, <u>kasza manna z pszenicy - gluten</u> , zielona pietruszka, przyprawy/ <b>Filet z dorsza panierowany, młode ziemniaki, surówka z marchewki, jabłka i soku z pomarańczy</b> / <u>filet z dorsza - ryba</u> , <u>mąka typ 500 - gluten</u> , mąka kukurydziana, <u>bulka tarta - gluten</u> , <u>jajka</u> , <u>mleko 2%</u> , ziemniaki, <u>mleko</u> , <u>masło z mleka</u> , marchewka, jabłko, sok z pomarańczy, <u>śmietana 18% z mleka</u> , przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ciasto szpinakowe</b> / <u>mąka pszenna /gluten/</u> , <u>mąka razowa</u> , szpinak mrożony, mus jabłkowy, <u>jaja</u> , cukier trzcinowy, <u>proszek do pieczenia – gluten</u> , olej rzepakowy/



**Jadlospis od 29.07. - 2.08.2024 r**

<b>Poniedziałek – 29.07.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb pszenno-żytni z masłem</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>połędwica z indyka, ogórek zielony, herbata z cytryną</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Owoc sezonowy</b>
<b>Obiad</b>	<b>Żurek staropolski z kielbasą i ziemniakami</b> /wywar mięsny (kielbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, seler, zakwas żurku, mąka żytnia - gluten, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ <b>Leniwe z musem ze świeżych borówek i jogurtu naturalnego</b> /mąka pszenna - gluten, mąka orkiszowa - gluten, jajka, ziemniaki, ser biały z mleka, masło z mleka, świeże borówki, jogurt naturalny, cukier/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Chleb z siemieniem lnianym z masłem</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, siemię lniane, masło z mleka/, <b>ser żółty /z mleka/, pomidor</b>
<b>Wtorek – 30.07.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb foremka „cegielka” z masłem</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka pszenna 500 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>jajko, sos ketchupowo – majonezowy, szczypiorek, kawa zbożowa inka</b> /kawa inka – gluten, mleko/
<b>II Śniadanie</b>	<b>Owoc sezonowy</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa koperkowa z ryżem</b> /wywar mięsny: kaczka, śmietana 18% z mleka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, świeży koperek, pietruszka natka, lubczyk, ryż/ <b>Spaghetti bolońskie</b> /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, mięso mielone wołowe, pomidory pelatti, czosnek, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Buleczka wodna</b> /mąka pszenna 500, woda, drożdże sól/, <b>domowa nutella</b> /mleko, orzechy laskowe, olej kokosowy, masło, kakao naturalne, mleko w proszku, cukier/
<b>Środa – 31.07.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb staropolski</b> (żytni domowy) <b>z masłem</b> /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>wiejski twarożek ze szczypiorkiem</b> /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/, <b>herbata z cytryną</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Marchewka</b>
<b>Obiad</b>	<b>Krem z pomidorów z grzankami z bagietki</b> /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, śmietana 30% z mleka, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ <b>Kotlet schabowy, młode ziemniaki, mizeria</b> /schab, mąka pszenna - gluten, jajko, bułka tarta – gluten, ziemniaki, mleko, masło z mleka, świeży ogórek, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Jogurt naturalny</b> /jogurt z mleka/ <b>z borówkami i chrupkami kukurydzianymi</b>

<b>Czwartek - 1.08.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Zupa mleczna: lane kluski na mleku</b> /mleko, mąka pszenna – gluten, jajko/, <b>chleb wiejski z masłem</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, <b>schab pieczony, rzodkiewka, herbata owocowa</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Owoc sezonowy</b>
<b>Obiad</b>	<b>Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką</b> /wywar mięsny: mięso wołowe, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, lubczyk, pietruszka natka, <u>makaron pszenny - mąka pszenna - gluten</u> /
	<b>Shoarma turecka, kasza bulgur, surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i pomidorem</b> /szynka wieprzowa, przyprawa do gyrosa - <u>gorczyca, kasza bulgur - gluten</u> , kapusta pekińska, ogórek, pomidor, oliwa z oliwek, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ciasto szpinakowe</b> /mąka pszenna /gluten/, mąka razowa, marchewka, mus jabłkowy, <u>jaja</u> , cukier trzcinowy, <u>proszek do pieczenia – gluten</u> , olej rzepakowy/
<b>Piątek – 2.08.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Bulka grahamka z masłem</b> /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, <b>pasta rybna z łososia</b> / <u>łosoś - ryba</u> , <u>ser biały</u> , papryka, cebula, przyprawy/, <b>herbata z cytryną</b>
<b>II Śniadanie</b>	<b>Mix orzechów</b>
<b>Obiad</b>	<b>Barszcz czerwony <u>zabielany</u> z ziemniakami</b> /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; wywar z buraków czerwonych, <u>mąka orkiszowa - gluten</u> , <u>śmietana 18% z mleka</u> , zielona pietruszka, przyprawy/
	<b>Pierogi z serem i musem jagodowym</b> /mąka pszenna - gluten, mąka jęczmienna - gluten, jagody, <u>ser z mleka</u> / <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Bulka z ziarnami z masłem</b> /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka, ziarna</u> ; siemię lniane, słonecznik, sezam/, <b>polędwica z indyka, papryka</b>