**JADŁOSPIS **

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Data** | **Menu** |  |
| **PONIEDZIAŁEK**  **13.03.2023** | **Śniadanie:** Pieczywo mieszane z pastą mięsną, pomidorem i szczypiorkiem. Kakao. Owoc.(1a,1b,7)  **Zupa:** Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami na kurczaku. Paluszki serowe.(7,9)  **Obiad:** Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem.  Marchew do chrupania. Cytrynada. |  |
| **WTOREK**  **14.03.2023** | **Śniadanie:** Płatki kukurydziane na mleku. Bułka z pastą tzatziki i szczypiorkiem posypana nasionami słonecznika. Owoc.(1a,7,11)  **Zupa:** Zupa pieczarkowa z makaronem.  Chlebek bananowy.(1a,3,7,9)  **Obiad:** Stek z cebulką. Sur. z białej kapusty, marchewki i koperku z jogurtem naturalnym i greckim.  Kasza jęczmienna. Galaretka malinowa do picia. (1a,1d,3,7) |  |
| **ŚRODA**  **15.03.2023** | **Śniadanie:** Stół szwedzki (Pieczywo mieszane z masłem, szynka, ser żółty, papryka, ogórek, szczypiorek).  Kawa Inka. Owoc.(1a,1b,1d,7)  **Zupa:** Zupa ogórkowa z ziemniakami na żeberkach.  Kisiel truskawkowy.(7,9)  **Obiad:** Kotlety ziemniaczane w sosie myśliwskim.  Sur. z pora. Kompot owocowy. (1a,3,7) |  |
| **CZWARTEK**  **16.03.2023** | **Śniadanie:** Makaron literki na mleku. Bułka trójka z masłem, miodem. Kalarepa do chrupania. Owoc. (1a,3,7)  **Zupa:** Zupa grysikowa z kaszą manną.  Jogurt owocowy. Owoc. (1a,7,9)  **Obiad:** Parówka w warzywach w sosie własnym z dodatkiem kukurydzy i fasoli czerwonej. Kasza bulgur. Cytrynada. (1a,7) |  |
| **PIĄTEK**  **17.03.2023** | **Śniadanie**: Pieczywo mieszane z pastą z pieczonego fileta rybnego, rzodkiewką i szczypiorkiem. Kakao. (1a,1b,4)  **Zupa**: Zupa brokułowa krem z groszkiem ptysiowym. Półmisek owocowy( kiwi, winogrono) (1a,3,7,9)  **Obiad:** Jajko sadzone. Pieczone ziemniaczki łódeczki z koperkiem. Marchew po parysku z bułką tartą i sezamem. Maślanka do picia. (1a,3,7,11) |  |

**W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten: a)pszenica, b)żyto, c)orkisz, d)jęczmień, e)owies, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona**

**sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono**

**zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady**

**Uwaga:** Zastrzegamy sobie prawo do niewielkich zmian w jadłospisie wynikających z dostępności towarów **.**

**JADŁOSPIS **

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Data** | **Menu** |  |
| **PONIEDZIAŁEK**  **20.03.2023** | **Śniadanie:** Płatki jaglane na mleku. Bułka z pastą jajeczną, pomidorem i szczypiorkiem. Owoc. (1a,3,7)  **Zupa:** Krupnik zabielany z kaszą jęczmienną.  Ciasto drożdżowe z owocami. (1a,1d,3,7,9)  **Obiad:** Lazania. Sur. rzodkiew biała z jogurtem greckim. Kompot owocowy. (1a,7,) |  |
| **WTOREK**  **21.03.2023** | **Śniadanie:** Pieczywo mieszane z pastą rybną ,ogórkiem i szczypiorkiem, posypane prażonym słonecznikiem. Kawa Inka. Owoc. (1a,1b,1d,3,4,7,11)  **Zupa:** Zupa jarzynowa z ziemniakami na kurczaku. Owoc. (7,9)  **Obiad:** Pierogi leniwe. Sur. marchew z jabłkiem. Cytrynada.(1a,3,7) |  |
| **ŚRODA**  **22.03.2023** | **Śniadanie:** Twarożek z sera białego i awokado. Bułka z masłem. Papryka czerwona do chrupania. Mleko. (1a,7)  **Zupa:** Zupa szpinakowa z makaronem. Półmisek owocowy (banan, jabłko)(1a,3,7,9)  **Obiad:** Potrawka z kurczaka. Ryż paraboliczny.  Sur. z buraczków czerwonych i cebuli. Galaretka cytrynowa do picia. (1a,7) |  |
| **CZWARTEK**  **23.03.2023** | **Śniadanie:** Pieczywo mieszane z masłem, wędliną, ogórkiem i szczypiorkiem. Kakao. Owoc. (1a,1b,7)  **Zupa:** Zupa fasolowa z boczkiem i ziemniakami na żeberkach. Wafle ryżowe. (7,9,11)  **Obiad**: Naleśniki z serem białym i musem wiśniowym. Marchew do chrupania. Sok owocowo-warzywny Kubuś. (1a,3,7) |  |
| **PIĄTEK**  **24.03.2023** | **Śniadanie:** Płatki miodowe na mleku. Bułkaz pastą hummus, rzodkiewką i szczypiorkiem. (1a,7)  **Zupa:** Zupa pomidorowa z ryżem.  Koktajl mleczno-bananowy. (7,9)  **Obiad:** Kotlet rybny. Ziemniaki puree z koperkiem.  Sur z kapusty kiszonej ,marchewki i cebulki. Kompot owocowy. (1a,3) |  |

**W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten: a)pszenica, b)żyto, c)orkisz, d)jęczmień, e)owies, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona**

**sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono**

**zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady**

**Uwaga:** Zastrzegamy sobie prawo do niewielkich zmian w jadłospisie wynikających z dostępności towarów.