|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **data** | **I , II ŚNIADANIE** | **II DANIE, ZUPA** | **PODWIECZOREK** |
| **30 pon** | * szynka drobiowa **/gluten, soja**/
* papryka kolorowa, sałata
* chleb „szczeciński” pszenno-żytni **/gluten**/ z **masłem**
* kakao  **/śladowo: mleko, gluten, soja**/ na **mleku**

**II** pomarańcza, woda z cytryną | * Spaghetti : makaron /**gluten, jaja**/, szynka wieprzowa, **ser** żółty)
* sos pomidorowy (pomidory, czosnek, cebula, bazylia, tymianek)
* ogórek kiszony słupki
* kompot wieloowocowy

**ZUPA**  kalafiorowa /**seler, śmietana/** na skrzydłach z indyka z ziemniakami i zieleniną | * budyń /**mleko, gluten**/ wyrób własny
* syrop malinowy
* biszkopty bezglutenowe
* woda z cytryną
 |
| **01 wt** | * płatki **owsiane** górskie na **mleku**
* kiełbasa wieprzowa **/gluten, soja**/
* pomidor, rukola
* chleb kanapkowy pszenno-żytni **/gluten/** z **masłem**
* herbata z cytryną  **II** arbuz, woda z cytryną
 | * filet z kurczaka „pod pierzynką”- zapiekany w porach ze **śmietaną i serem** mozarella
* kapusta czerwona ze szczypiorkiem, oliwa z oliwek
* ziemniaki z koperkiem
* kompot wieloowocowy

 **ZUPA**  marchewkowa - krem /**seler, śmietana/** na kurczakach z groszkiem ptysiowym /**gluten, jaja**/, i zieleniną | * koktajl truskawkowy z arbuzem na **kefirze**
* wafle ryżowe
* woda z cytryną
 |
| **02 śr** | * twarożek „na zielono” (twaróg z **mleka** półtłusty)
* szczypiorek, ogórek zielony, kiełki brokuł
* chleb żytni razowy **/gluten/** z **masłem**
* herbata z cytryną

**II**  truskawki, woda z cytryną | * wieprzowinka z marchewką, papryką kolorową i cebulką /**gluten, śmietana/**
* sałata lodowa, pomidorki, sos winegret
* kasza bulgur z **pszenicy** durumz zieloną pietruszką
* kompot wieloowocowy

**ZUPA**  brokułowa **/seler, śmietana/** z ziemniakami na skrzydłach z indyka | * **jogurt** naturalny z malinami
* ciasteczka owsiane **/gluten, masło/ (w**yrób własny)

  |
| **03 czw** | * kabanosy drobiowe **/gluten, soja**/
* sos: majonez **/jaja, gorczyca**/ , ketchup /**śladowe ilości selera**/ , musztarda /**śladowe ilości selera**/
* rzodkiewka tarta, szczypior
* chleb firmowy pszenno-żytni **/gluten/** z **masłem**
* kakao **/śladowo: mleko, gluten, soja**/ na **mleku**

**II** arbuz, woda z cytryną | * racuszki drożdżowe /**gluten, jaja/** z jabłuszkiem
* polewa: **ser** półtłusty twaróg, truskawka, **śmietana**
* **seler** wiórki z rodzynkami
* kompot wieloowocowy

**ZUPA** ogórkowa /**seler, śmietana**/ z ziemniakami i zieloną pietruszką na kurczaku | * kanapki - chleb "7ziaren" **pszenno-żytni**  **/gluten, soja, słonecznik**/ z **masłem**
* polędwica drobiowa
* ogórek kiszony
* napar z mięty
 |
| **04 piąt** | * **jęczmienne** płatki pełnoziarniste na **mleku**
* schab pieczony (wyrób własny)
* papryka czerwona, pomidor, sałata
* chleb "7ziaren"pszenno-żytni **/gluten, soja, słonecznik**/ z **masłem**
* herbata z cytryną

**II** jabłko, woda z cytryną | * **ryba** (Miruna) pieczona w cieście naleśnikowym /**gluten, mleko, jaja/**
* kapusta kiszona z marchewką, oliwa z oliwek
* ziemniaki puree **/mleko, masło/** z czosnkiem i koperkiem
* kompot wieloowocowy

**ZUPA**  grochóweczka **/seler/** z ziemniakami i majerankiem na żeberkach wędzonych  | * klasyczny mleczny shake: mleko, kostki lodu, truskawki
* herbatniki  **/**może zawierać**: gluten, mleko, orzeszki ziemne/**
 |

**UWAGA**:

Intendent zastrzega sobie prawo do modyfikacji jadłospisu

**Pogrubioną czcionką zaznaczono produkty zawierające alergeny**.