|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Poniedziałek**  **02.12.2024** | Kanapka ( **chleb** zw., razowy)z **masłem** 8g**, schab pieczony**25g., **ser żółty** 20g.,papryka czerwona 25g., szczypior 10g., herbata 200 ml. z cytryną  **II Śniadanie**  Jabłko 120g | Zupa ogórkowa 250ml.z ryżem 20g.,**zabielana**, natka 5g., ziemniaki 150g. z koperkiem 5g., **kotlecik dr**. 80g.,siekany **smażony**, sałata lodowa 80g., rzodkiewka 10g., szczypior 10g., z **jogurtem** nat. 6g., kompot z czarnej porzeczki 200ml | Kanapka ( **chleb** zw., słonecznikowy )z **masłem** 8g., **jajko** gotowane 25g., ogórek św.25g., rzodkiewka10g., herbata 200ml. **, kakao** 5g. na **mleku** 200ml. |
| **Alergeny:** | **Gluten,mleko,soja,orzechy** | **Seler,mleko,jajko,gluten** | **Gluten,mleko,jajko** |
| **Wtorek**  **03.12.2024** | **Patki owsiane** ( przed ugot.) 20g. na **mleku** 220 ml., kanapka ( **chleb** zw., wieloziarnisty )z **masłem** 8g**, szynka z fileta dr.**25g., pomidor 20g., szczypior 10g., herbata 200 ml.  **II Śniadanie**  Banan 120g. | Zupa 250ml. brokułowa 50g.z ziemniakami70g.,**zabielana**,  natka/koper 10g.,  **kaszotto ( kasza** gryczana 40.przed ogot.) z kurczakiem 70g. i warzywami ( brokuł50g., cukinia 50g., papryka czerwona 20g., kukurydza kons. 20g.)kompot truskawkowy 200 ml. | Kanapka ( **chleb** zw., graham )z **masłem** 8g., **twaróg plastry** 25g., rzodkiewka10g.,papryka żółta20g., herbata owocowa 200ml. **, kawa** inka5g. na **mleku** 200ml. |
| **Alergeny\*:** | **Gluten,soja,sezam,mleko,**  **migdały** | **Seler,gluten,mleko** | **Mleko,gluten,jajko,soja** |
| **Środa**  **04.12.2024** | Kanapka ( **chleb** zw., orkiszowy) 50g., z **masłem** 8g., **pasztet dr.**20g.,ogórek kw.25g., rzodkiewka10g., herbata 200ml., **kakao** 5g. na **mleku** 200ml.  **II Śniadanie**  Kiwi 120g. | Zupa gulaszowa 250ml. z kawałkami mięsa wp. i ziemniakami70g.natka/koper/  majeranek 15g.,**kopytka** 170g. z **sosem śmietankowym** 80g i natką pietruszki 3g.,surówka z marchewki 80g. i chrzanu 5g . kompot wiśniowy 200 ml | **Jogurt** Gratka 115g., **ciastka** **owsiane** 20g., jabłko 120g. |
| **Alergeny:** | **Gluten,soja,mleko,seler,migdały** | **Mleko,seler,gluten,jajka** | **Gluten,mleko,jajka** |
| **Czwartek**  **05.12.2024** | Kanapka ( **chleb** zw., słonecznikowy)50g., z **masłem** 8g.25g., **parówka dr.** 52g., na ciepło, pomidor 25g., szczypior 10g.,herbata 200 ml., **mleko** 200 ml.  **II Śniadanie**  Gruszka 120g | Zupa 250 ml. kalafiorowa 50g z ziemniakami70g.,**zabielana,** natka/koper 10g. **makaron** świderki 150g., strogonow z mięsa wp.( szynka wp. 60g., papryka czerwona 20g.,ogórek kw. 20g., pieczarka 15g., koncentrat pomid. 12g., cebula 3g.,) kompot z śliwkowy 200ml. | Kanapka ( **chleb** zw., razowy) 50g., z **masłem** 8g., **makrela wędzona** 20g., ser żółty 20g., rzodkiewka 10g., ogórek św., 25g.,**kawa** inka 5g. na **mleku** 200ml., 10g.,herbata 200 ml. |
| **Alergeny:** | **mleko,gluten,soja,sezam,**  **gorczyca,jaja** | **Seler,gluten,mleko,jajka** | **Mleko,gluten,jajko,gorczycamakrela wędzona** |
| **Piątek**  **06.12.2024** | **Kasza manna** 20g( przed ugot.). na **mleku** 220 ml. ,kanapka ( **chleb** zw., wieloziarnisty)z **masłem** 8g.,  **szynka z fileta dr.**25g., sałata masłowa 5g., rzodkiewka10g.,szczypior 10g.,herbata 200 ml..  **II Śniadanie**  Banan 120g. **,** paczka na Mikołajka | Zupa 250ml.kapuśniak z kwaszonej kapusty 50g.,zziemniakami 70g.,natka/koper/majeranek 15g.,ziemniaki160g. z koperkiem 5g.,porcja **ryby** 100g.,surówka z buraczków 80g. i jabłka 20g., z olejem **rzepakowym** 5ml.i słonecznikiem  kompot owocowy 200 | **Jogurt** Actimel do picia 100 ml., pieczywo lekkie Sonko 1 szt., mandarynka 75 g. |
| **Alergeny:** | **mleko,gluten,soja,sezam,** | **Seler,mleko,gluten,miruna** | **Gluten,mleko** |

**Intendent zastrzega sobie prawo do niewielkich zmian w jadłospisie.**

**Woda do picia jest dostępna na bieżąco.**