|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Poniedziałek**  **14.04.2025** | Kanapka ( **chleb** zw., wieloziarnisty) 50g.z **masłem** 8g**, szynka ze wsi** 25g., **twaróg** plastry20g., ogórek św .20g., rzodkiewka 10g.,herbata 200 ml. z cytryną, **kakao** 5g. na **mleku** 200ml.  **II Śniadanie**  Jabłko 120g. | Zupa 250ml jarzynowa50g. z **makaronem** 25g. ( przed ugot.), **zabielana**, natka 5g., ziemniaki 150g. z koperkiem 5g., kotlet dr. **panierowany** 80g., **smażony**, surówka z marchewki 60g. i jabłka 30g. z **jogurtem** nat. 8g., kompot truskawkowy 200 ml. | Kanapka ( **chleb** zw., graham) 50g z **masłem** 8g., **jajko** gotowane 25g., papryka czerwona 20g., szczypior 10g. sałata masłowa 5g., herbata 200ml., **kawa** inka5g. na **mleku** 200 ml. |
| **Alergeny:** | **Gluten,soja,sezam,mleko,** | **Seler,gluten,mleko,soja,jajko** | **Gluten, mleko,jajko,soja** |
| **Wtorek**  **15.04.2025** | **Ryż** 20g.( przed ugot.) na **mleku** 220 ml. z pestkami dyni .1g.,kanapka ( **chleb** zw., razowy)z **masłem** 8g., **polędwica dr.**25g., pomidor 20g., szczypior 10g., herbata 200 ml.  **II Śniadanie**  Banan 120g | Zupa 250ml.z ogórkowa 50g. z ziemniakami 70g., **zabielana,**  natka/koper 10g., **kasza** gryczana 45g.( przed ugot.) , gulasz wp. 50g. **gotowan**y w **sosie** własnym 100ml.,surówka z rzodkiew biała 40g, kalarepki 40g. i rzodkiewki 10g, koper 5g. z **jogurtem** greckim 8g., kompot śliwkowy 200ml. | Kanapka ( **chleb** zw., słonecznikowy) 50g. z **masłem** 8g., **ser** żółty 20g., ogórek św. 20g.szczypior 10g., rzodkiewka 10g., herbata malinowa 200ml. |
| **Kisiel** | **Gluten,soja,sezam,mleko,**  **migdały** | **Seler,gluten,mleko,gorczyca** | **Mleko,gluten,jaja,soja,sezam** |
| **Środa**  **16.04.2025** | Kanapka ( **chleb** zw., orkiszowy) 50g.z **masłem** 8g**, pierś wędzona** 25g., papryka żółta 20g., rzodkiewka 10g.,**kakao** na **mleku** 200 ml.  herbata 200 ml.  **II Śniadanie**  Gruszka 130g | Zupa krupnik 250ml. z **kaszą** jęczmienną 20g. ( przed ugot.) i ziemniakami 50g.,natka/koper 10g., **pierogi** leniwe 160g. z **masłem** 5g. i **bułką** tartą 4g., ogórek św. słupki 60g., kompot wiśniowy 200ml. | Kanapka ( **chleb** zw., wieloziarnisty) 50g. z **masłem** 8g.,pasta z **makreli** wędzonej 20g. i **jajka** 20g. z **majonezem** 5g., avocado 20g., rzodkiewka 10g., herbata 200ml., **kawa** inka 5g. na **mleku** 200ml. |
| **Alergeny:** | **Gluten,soja,sezam,mleko,** | **Seler,gluten,mleko,jajko,soja** | **Gluten,mleko,jajko,makrela,**  **gorczyca** |
| **Czwartek**  **17.04.2025** | Kanapka ( **chleb** zw., słonecznikowy) 50g. z **masłem** 8g., **schab na jasno wędzony** 25g., pomidor 20g., szczypior 10g.,herbata 200ml., **kawa** inka 5g. na **mleku** 200 ml.  **II Śniadanie**  Kiwi 100g. | Zupa 250ml. fasolowa 20g. z ziemniakami, natka/koper/majeranek 15g., ryż 45g. ( przed ugot.), kolorowy kociołek( filet dr. 60g., kukurydza puszka 20g., pieczarka 20g., papryka czerwona 12g., koncentrat pom.10g.) kompot z truskawkowy 200ml. | **Bułka** drożdżowa z dżemem 50g., mus owocowy tubka 200g., soczek w kartoniku 200ml. |
| **Alergeny:** | **mleko,gluten,gorczyca,jaja** | **Seler,gluten,mleko** | **Mleko,gluten ,jajko** |
| **Piątek**  **18.04.2025** | **Kasza manna** 20g. ( przed ugot.) na **mleku** 220 ml.z  kanapka (**chleb** zw., razowy)50g.,  **masłem** 8g**., szynka wp.** 25g., ogórek św., 20g., rzodkiewka 5g. herbata 200 ml.  **II Śniadanie**  Jabłko 120g., | Zupa 250ml. podrosolnik z kanymi kluskami 45g., ziemniaki 150g. z koperkiem 5g., **porcja ryby**  100g. **pieczona** z warzywami 80g.,kompot owocowy 200ml. | **Jogurt** Gratka 100g.,pieczywo lekkie Sonko 2 szt., mandarynka 95 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.**