



Jadłospis dla dzieci 6-11 m. (10-14.03.2025)

| <i>Dzień/ Data</i> | <i>ŚNIADANIE I</i> | <i>ŚNIADANIE II</i> | <i>OBIAD</i> | <i>PODWIECZOREK</i> |
|--|---|---|---|--|
| PONIEDZIAŁEK 10.03.2025 | <p>Kaszka kukurydziana na mleku modyfikowanym (mleko modyfikowane, kaszka kukurydziana).</p> <p>Chleb pszenny (mąka pszenna, gluten pszenny), pasta jajeczna z rzodkiewką i szczypiorkiem (jaja kurze, rzodkiewka, szczypiorek, jogurt naturalny (mleko), sól), papryka czerwona.</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną (woda, herbata czarna granulowana, cytryna, cukier).</p> | <p>Pieczone frytki warzywne: batat, ziemniak, marchew z prażonym słonecznikiem.</p> | <p>Zalewajka z ziemniakami i cienką kielbasą (woda, ziemniaki, kielbasa cienka, barszcz biały, śmietana 12% (mleko), majeranek, koperek świeży, sól, pieprz czarny mielony).</p> <p>Makaron świderki pełne ziarno (mąka z pszenicy durum pełnoziarnista), z serem białym i musem truskawkowym (ser biały półtłusty (mleko), truskawki mrożone, cukier).</p> <p>Kompot owocowy (woda, mieszanka owocowa: aronia, śliwka, cukier).</p> | <p>Jagodzianki z kruszonką (mąka pszenna, masło 82% (mleko), mleko 2% (mleko), jaja kurze, drożdże świeże, jagoda mrożona, cukier, mąka ziemniaczana, sól).</p> <p>Kompot owocowy (woda, mieszanka owocowa: aronia, śliwka, cukier).</p> |

Do posiłków użyto przyprawy, które mogą zawierać śladowe ilości: zboża zawierające gluten, orzeszki ziemne, soję, orzechy, seler, gorczycę, sezam, łubin.

KUCHARZ

.....

DIETETYK

.....

INTENDENT

.....

DYREKTOR

.....

JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE



Jadłospis dla dzieci 6-11 m. (10-14.03.2025)

| <i>Dzień/ Data</i> | <i>ŚNIADANIE I</i> | <i>ŚNIADANIE II</i> | <i>OBIAD</i> | <i>PODWIECZOREK</i> |
|------------------------------|---|--|---|--|
| WTOREK 11.03.2025 | <p>Płatki owsiane na mleku modyfikowanym (mleko modyfikowane, gluten – owies).</p> <p>Chleb graham (mąka pszenna, mąka żytnia), pasztet z cukinii (cukinia, marchew, cebula, jaja kurze, czosnek, kasza manna (gluten - pszenica), pietruszka liście, sól, pieprz czarny mielony), ogórek świeży.</p> <p>Herbata rumiankowa (woda, rumianek).</p> | <p>Kisiel owoce leśne (woda, mieszanka leśna mrożona, mąka ziemniaczana, cukier) w/wł.</p> | <p>Zupa ogórkowa (woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, oliwa z oliwek, koper świeży).</p> <p>Pierogi (mąka pszenna, woda, olej rzepakowy, sól) z mięsem mielonym drobiowym (filet z indyka bez skóry) i ze szpinakiem (szpinak mrożony, czosnek, sól). Paseczki papryki czerwonej.</p> <p>Woda źródlana niegazowana z cytryną.</p> | <p>Ciasto ucierane z truskawkami (mąka pszenna, mąka pełnoziarnista masło 82% (mleko), jaja kurze, truskawka mrożona, cukier).</p> <p>Mandarynka.</p> <p>Woda źródlana niegazowana z cytryną.</p> |

Do posiłków użyto przyprawy, które mogą zawierać śladowe ilości: zboża zawierające gluten, orzeszki ziemne, soję, orzechy, seler, gorczycę, sezam, łubin.

KUCHARZ

.....

DIETETYK

.....

INTENDENT

.....

DYREKTOR

.....

JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE



Jadłospis dla dzieci 6-11 m. (10-14.03.2025)

| <i>Dzień/ Data</i> | <i>ŚNIADANIE I</i> | <i>ŚNIADANIE II</i> | <i>OBIAD</i> | <i>PODWIECZOREK</i> |
|-----------------------------------|--|---|--|---|
| ŚRODA 12.03.2025 | <p>Kleik ryżowy z mlekiem modyfikowanym (mleko modyfikowane, kleik ryżowy).</p> <p>Chleb rustykalny (mąka pszenna, mąka żytnia, soja), masło 82% (mleko), sałata zielona, pieczona rolada drobiowa w/wł. (mięso drobiowe – filet z indyka bez skóry, jaja kurze, bułka pszenna, majeranek, tymianek, oregano, pietruszka liście, sól, pieprz czarny mielony), rzodkiewka.</p> <p>Herbata owocowa (woda, napar owocowy, cukier).</p> | <p>Pieczone jabłko z konfiturą żurawinową (żurawina, woda, cukier).</p> | <p>Zupa pomidorowa z ryżem (woda, passata pomidorowa, ryż biały, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, śmietana 12% (mleko), masło 82% (mleko), sól, pietruszka liście, pieprz czarny mielony).</p> <p>Puree ziemniaczane (masło 82% (mleko)), nuggetsy z kurczaka w płatkach kukurydzianych (mięso drobiowe – filet z kurczaka, jaja kurze, bułka tarta (mąka pszenna, gluten pszenny), surówka z marchewki i jabłka (marchew, jabłko, sok z cytryny, miód).</p> <p>Kompot owocowy (woda, mieszanka owocowa: aronia, śliwka, cukier).</p> | <p>Biszkopciki z sezamem w/wł. (jaja kurze, mąka pszenna, skrobia ziemniaczana, sezam, cukier).</p> <p>Jabłko.</p> <p>Kompot owocowy (woda, mieszanka owocowa: aronia, śliwka, cukier).</p> |

Do posiłków użyto przyprawy, które mogą zawierać śladowe ilości: zboża zawierające gluten, orzeszki ziemne, soję, orzechy, seler, gorczycę, sezam, łubin.

KUCHARZ

.....

DIETETYK

.....

INTENDENT

.....

DYREKTOR

.....

JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE



Jadłospis dla dzieci 6-11 m. (10-14.03.2025)

| <i>Dzień/ Data</i> | <i>ŚNIADANIE I</i> | <i>ŚNIADANIE II</i> | <i>OBIAD</i> | <i>PODWIECZOREK</i> |
|--------------------------------|---|---|--|---|
| CZWARTEK 13.03.2025 | <p>Makaron zacierka na mleku modyfikowanym (mleko, mąka pszenna, jaja kurze).</p> <p>Naleśniki (mąka pszenna, jaja kurze, mleko 2% (mleko), sól) z dżemem truskawkowym niskosłodzonym. Marchewka do chrupania.</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną (woda, herbata czarna granulowana, cytryna, cukier).</p> | <p>Salatka owocowa: ananas, gruszka, banan, melon z posypką z orzechów włoskich (orzechy).</p> | <p>Zupa kalafiorowa (woda, kalafior mrożony, ziemniaki, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, śmietana 12% (mleko), pietruszka liście, masło 82% (mleko), sól, pieprz czarny mielony).</p> <p>Kasza bulgur, gotowane pulpeciki (szynka wieprzowa b/k, jaja kurze, bułka tarta (gluten pszenny), sól, pieprz czarny mielony) w sosie pomidorowym (passata pomidorowa, skrobia ziemniaczana), plasterki ogórka świeżego.</p> <p>Woda źródlana niegazowana z cytryną.</p> | <p>Paluchy drożdżowe ze szpinakiem (mąka pszenna, woda, drożdże, cukier, sól, jaja kurze, szpinak, czosnek, pieprz czarny mielony).</p> <p>Woda źródlana niegazowana z cytryną.</p> |

Do posiłków użyto przyprawy, które mogą zawierać śladowe ilości: zboża zawierające gluten, orzeszki ziemne, soję, orzechy, seler, gorczycę, sezam, łubin.

KUCHARZ

.....

DIETETYK

.....

INTENDENT

.....

DYREKTOR

.....

JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE



Jadłospis dla dzieci 6-11 m. (10-14.03.2025)

| <i>Dzień/ Data</i> | <i>ŚNIADANIE I</i> | <i>ŚNIADANIE II</i> | <i>OBIAD</i> | <i>PODWIECZOREK</i> |
|------------------------------------|---|---|---|--|
| PIĄTEK 14.03.2025 | <p>Kasza manna na mleku modyfikowanym (mleko modyfikowane, kasza manna).</p> <p>Chleb mieszany (mąka pszenna, mąka żytnia), twarożek z rzodkiewką, ogórkiem i szczypiorkiem (serek śmietankowy Almette (mleko), ogórek świeży, rzodkiewka, szczypiorek, sól, pieprz czarny mielony).</p> <p>Plasterki jabłuszka.</p> <p>Herbata rumiankowa (woda, rumianek).</p> | <p>Sok owocowo – warzywny: jabłko-szpinak-marchew w/wł.</p> | <p>Zupa krem z ciecierzycy (woda, ciecierzycy, pasatta pomidorowa, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeniowy, oliwa z oliwek, bazylija, tymianek, czosnek, pietruszka liście) z groszkiem ptysiowym (mąka pszenna, jaja kurze).</p> <p>Gotowane ziemniaki z koperkiem świeżym, pieczone burgery rybne (ryba – filet miruna, jaja kurze, bułka tarta (gluten pszenny), sól, pieprz czarny mielony), zasmażane buraczki czerwone (burak czerwony, masło 82% (mleko), sok z cytryny).</p> <p>Kompot owocowy (woda, mieszanka owocowa: aronia, śliwka, cukier).</p> | <p>Wafelki kukurydziane z polewą malinową (mleko).</p> <p>Banan.</p> <p>Kompot owocowy (woda, mieszanka owocowa: aronia, śliwka, cukier).</p> |

Do posiłków użyto przyprawy, które mogą zawierać śladowe ilości: zboża zawierające gluten, orzeszki ziemne, soję, orzechy, seler, gorczycę, sezam, łubin.

KUCHARZ

.....

DIETETYK

.....

INTENDENT

.....

DYREKTOR

.....

JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE