

Jadłospis 20 - 24 I 2025

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
20/01/2025 Poniedziałek	Gwiazdki na mleku (200ml), pieczywo razowe z serkiem almette (60g), ogórek małosolny (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Zarzutka z ziemniakami (250ml), pierogi z serem, jogurtem i borówką (180g), kalarepka do chrupania (20g), herbata miętowa (200ml),	Bułka grahamka z pastą z łososia i jajka (68g), pomidor, roszponka (30g), herbata owocowa (200ml)
21/01/2025 Wtorek	Kawa zbożowa na mleku (200ml), pieczywo pszenno-żytnie z pastą z soczewicy (75g), ogórek zielony, kiełki (30g), herbata z miodem (150ml), gruszka (1/2 szt.)	Pieczarkowa z makaronem (250ml), pieczeń rzymska (105g), ziemniaki z koperkiem (120g), buraczki duszone (100g), kompot owocowy (200ml)	Bułka z masłem (40g), budyń śmietankowy z sosem malinowym (180g), herbata owocowa (200ml)
22/01/2025 Środa	Płatki ryżowe na mleku (200ml), pieczywo orkiszowe z masłem i wędliną (82g), papryka, sałata (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Krupnik z kaszy jęczmiennej (250ml), makaron ze szpinakiem i serem twarogowym (185g), kompot owocowy (200ml),	Bułka z masłem (40g), parówka na gorąco (60g), pomidorki koktajlowe (30g), herbata owocowa (200ml)
23/01/2025 Czwartek	Kakao na mleku (200ml), pieczywo pszenno-żytnie z pastą pomidorową (65g), ogórek zielony, kiełki (30g), herbata z miodem (150ml), gruszka (1/2 szt.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (250ml), indyk pieczony w sosie dyniowym (130g), ryż na sypko (40g) surówka z selera i jabłka z rodzynkami (100g), kompot owocowy (200ml),	Bułka z masłem (40g), jogurt brzoskwiniowy (150g), herbata owocowa (200ml)
24/01/2025 Piątek	Płatki żytnie na mleku (200ml), pieczywo wieloziarniste z masłem i jajkiem gotowanym (65g), rzodkiewka, roszponka (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Rosół z makaronem (250ml), ryba z warzywami po grecku (160g), ziemniaki (120g) ogórek zielony w kawałku (50g), kompot owocowy (200ml),	Bułka z twarogiem (80g), melon (100g), herbata owocowa (200ml)

Dzieci mają stały dostęp do wody niegazowanej butelkowej

Alergeny: zboża, jaja, ryby, mleko, orzechy, seler, cytrusy

** jadłospisy mogą ulegać zmianie.*

Jadłospis 27 – 31 I 2025

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
27/01/2025 Poniedziałek	Płatki owsiane na mleku (200ml), pieczywo orkiszowe z masłem i serem żółtym (65g), ogórek małosolny (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Ziemniaczana z pomidorami (250ml), naleśniki z serem i polewą truskawkową (170g), marchewka do chrupania (25g), herbatka miętowa (200ml),	Kanapka z pastą z makreli wędzonej (75g), pomidor, roszponka (30g), herbata owocowa (200ml)
28/01/2025 Wtorek	Kawa zbożowa na mleku (200ml), pieczywo pszenno-żytnie z pastą jajeczną (75g), pomidor, szczypiorek, (30g), herbata z miodem (150ml), mandarynka (80g)	Koperkowa z ziemniakami (250ml), gulasz wołowy (125g), kasza jaglana (40g), surówka z ogórka kiszzonego (100g), kompot owocowy (200ml),	Bułka z masłem (35g), deser brzoskwiniowy z sosem jogurtowo-miodowym (107g), herbata owocowa (200ml)
29/01/2025 Środa	Płatki kukurydziane na mleku (200ml), pieczywo żytnie z masłem i wędliną (65g), papryka, sałata (30g), herbata z miodem (150ml), gruszka (1/2 szt.)	Pomidorowa z zacierką (250ml), kotlety ziemniaczane w sosie pieczarkowym (265g), mizeria z jogurtem (100g), herbata z lipy (200ml)	Bułka z masłem (35g), mus jabłkowy z cynamonem (115g), herbata owocowa (200ml)
30/01/2025 Czwartek	Kakao na mleku (200ml), pieczywo pszenno-żytnie z twarożkiem (75g), rzodkiewka, kiełki (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Cebulowa z ziemniakami (250ml), kurczak pieczony (150g), ryż brązowy (40g), surówka z marchewki i kukurydzy (100g), kompot owocowy (200ml),	Bułka z masłem (35g), sałatka owocowa (200g), herbata owocowa (200ml)
31/01/2025 Piątek	Kasza manna na mleku (200ml), pieczywo wieloziarniste z pastą słonecznikową (65g), ogórek zielony, roszponka (30g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Fasolowa z makaronem (250ml), pieczeń rybna (125g), ziemniaki (120g), brokuły gotowane (100g), kompot owocowy (200ml),	Rogalik maślany z miodem (50g), kakao na mleku owsianym (200ml)

Dzieci mają stały dostęp do wody niegazowanej butelkowej

Alergeny: zboża, jaja, ryby, mleko, orzechy, seler, cytrusy

** jadłospisy mogą ulegać zmianie.*