

JADŁOSPIS			DATA: 02.06.2025 – 06.06.02025		
	Kaloryczność	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	
Poniedziałek	Energia: 1047 kcal Białko: 34.47 g Tłuszcz: 29.62 g Węglowodany ogółem: 157.2 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, ser żółty Gouda 7, szynka drobiowa, karotka do chrupania, herbata z melisy bez cukru	DZIEŃ DZIECKA Babka cytrynowa z konfiturą morelową 1,3,7	Krem ze szparagów z groszkiem ptysiowym wywarze warzywnym 1,9	Makron świderki z sosem bolońskim z bazylią 1, woda niegazowana
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: margaryna roślinna, ser wegański 8	B/glut.: bezglutenowa babka cytrynowa z konfiturą morelową 3,7 B/mlecz.: babka cytrynowa z konfiturą morelową 1, *	B/glut.: krem z groszkiem bezglutenowym 9 B/mlecz.: -	B/glut.: makaron bezglutenowy z sosem bolońskim B/mlecz.: -
Wtorek	Energia: 1038 kcal Białko: 39.6 g Tłuszcz: 32.36 g Węglowodany ogółem: 143.39 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, pasta brokułowa z serkiem feta 7, szynka wieprzowa 9,10, herbata z dziką różą bez cukru	Arbuz, oblaty 1	Zupa pomidorowa z makaronem grysik na wywarze warzywnym 1,7,9	Udziec trybowany z kurczaka w warzywach, ryż paraboliczny z olejem lnianym, woda niegazowana
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: margaryna roślinna, pasta brokułowa z tofu 6	B/glut.: oblaty bezglutenowe B/mlecz.: -	B/glut.: zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowym 7,9 B/mlecz.: zupa pomidorowa z makaronem ze śmietaną roślinną 1, *,9	B/glut.: - B/mlecz.: -
Środa	Energia: 1131 kcal Białko: 40.7 g Tłuszcz: 43.55 g Węglowodany ogółem: 141.56 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, jajko na twardo 3, majonez 3,10, szynka ziołowa pieczona, rzodkiewka, sałata lodowa, herbata z lipy bez cukru	Koktajl truskawkowy na maślanie z płatkami kukurydzianymi 7	Krem z cukinii z kuskusem indyjskim na wywarze warzywnym 1,9	Gulasz z szynki z majerankiem 1,3,5,6,7,8,9,10, kasza gryczana na sypko, buraczki z cebulką i jabłkiem, woda niegazowana
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: margaryna roślinna	B/glut.: - B/mlecz.: koktajl na napoju roślinnym* z płatkami kukurydzianymi	B/glut.: krem z cukinii z kaszą jaglaną 9 B/mlecz.: -	B/glut.: gulasz z szynki bez majeranku B/mlecz.: gulasz z szynki bez majeranku
Czwartek	Energia: 1060 kcal Białko: 35.26 g Tłuszcz: 34.62 g Węglowodany ogółem: 147.76 g	Płatki owsiane na mleku 1,7, pieczywo żytnie 1, masło 7, dżem porzeczkowy niskosłodzony 100%, herbata z pokrzywy bez cukru	Banan, chrupki kukurydziane	Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym 7,9	Paluszki rybne 1,3,4, ziemniaki z olejem rzepakowym surówka z młodej kiszzonej kapusty z marchewką z natką pietruszki i olejem, woda niegazowana
		B/glut.: chleb bezglutenowy, płatki b/glutenowe na mleku 7 B/mlecz.: margaryna roślinna, płatki owsiane na bazie napoju roślinnego 1, *	B/glut.: - B/mlecz.: -	B/glut.: - B/mlecz.: barszcz ukraiński ze śmietaną roślinną *,9	B/glut.: paluszki rybne 3,4 B/mlecz.: paluszki rybne 1,4
Piątek	Energia: 1002 kcal Białko: 42.25 g Tłuszcz: 35.03 g Węglowodany ogółem: 126.64 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, szynka z kotta, serek smażony-wyrób własny 7, pomidor, herbata owocowa bez cukru	Ogórek zielony, dip ziołowy z miodem niskosłodzonym 7, chlebek wasa 1	Kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami i koperkiem na wywarze mięsnym 9	Pierogi leniwe z białym serem polane masłem 1,3,7 - wyrób własny z prażonymi jabłkami z cynamonem 1,5,6,8,9,10,11, woda niegazowana
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: margaryna roślinna, serek wegański 8	B/glut.: chlebek bezglutenowy B/mlecz.: dip na bazie jogurtu roślinnego*	B/glut.: - B/mlecz.: -	B/glut.: Pierogi leniwe b/glutenowe z białym serem i masłem 3,7 z prażonymi jabłkami bez cynamonu B/mlecz.: Pierogi leniwe z siemieniem lnianym, z serem wegańskim, polane margaryną roślinną z prażonymi jabłkami bez cynamonu 1, *

Liczbą oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. Zastrzega się możliwość wprowadzenia zmian do jadłospisu
 *Wykorzystywane napoje. roślinne: kokosowe 8 / owsiane 1 / sojowe 6 / jaglane; jogurty roślinne: sojowy 6/ kokosowy 8; śmietanka roślinna: sojowa 6 / ryżowa / kokosowa 8

