

MENU:)



data	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek 22.04	Makaron gwiazdki (pszenica) na mleku 200ml Pieczywo żytnie 30g (pszenica, żyto) z masłem 4g, (mleko) sałata 10g, wędlina 20g, papryka 20g, szczypiorek Herbata rumiankowa 150 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami i fasolą 250 ml (seler) Spaghetti carbonara z parmezanem i boczkiem (mleko, pszenica, jaja) 220g Orzechy 5g Sok „multiwitamina” 150ml	Rogal maślany (pszenica, jaja)– ½ szt. Kisiel z malin do picia 150ml
Wtorek 23.04	Pieczywo (pszenica) 60g z masłem 8g (mleko), sałata 10g, ser gouda (mleko) 20g Pomidor, szczypior 30g Kakao (mleko) 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 250 ml (seler) Kasza gryczana 100g Wołowina w sosie (pszenica, soja) 60g/30ml Surówka z młodej kapusty 80g Kompot z porzeczek 150 ml	Serek z truskawkami 150 ml (mleko) Wafelek kukurydziany - 1 krążek Herbata rooibos 150 ml
Środa 24.04	Pieczywo wieloziarniste 60g (żyto, pszenica) z masłem 8g (mleko), pasta z tuńczyka i jajka z ogórkiem kiszonym, papryką i koperkiem 50g Herbata malinowa 150 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 120g/30ml Puree ziemniaczane (mleko) 100g Kompot z jabłek i gruszek z cynamonem 150 ml	Baton Crunchy (orzechy, mleko) 40g Arbuz – 1 kawałek Smoothie malinowo - jagodowo – borówkowe (mleko) 150 ml
Czwartek 25.04	Chleb wiejski 60g (pszenica) z masłem 8g (mleko), sałata 10g, schab pieczony 20g, kolorowa papryka 30g Kawa zbożowa (jęczmień żyto, mleko) 200 ml	Zupa pomidorowa na rosole z ryżem 250ml(seler) Gyros drobiowy 60g z sosem tzatziki (mleko) 50g Pieczone ziemniaki 150 ml Ogórek kiszony Kompot z wiśni 150 ml	Racuchy z jabłkami (pszenica, jaja, mleko) – własny wypiek Kefir (mleko) 150ml
Piątek 26.04	Płatki owsiane na mleku 200ml Bułka weka pszenna 30g w jajku na maśle (mleko) ze szczypiorkiem Pomidorki koktajlowe 30g Herbata z owoców leśnych 150 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem(seler, pszenica, mleko)250 ml Dorsz w panierce pszennej (jaja)80g Puree ziemniaczane (mleko)100g Marchewka z groszkiem(mleko) 80g Sok tłoczony „ELIKSIR ELFÓW” z jabłek, gruszek i czerwonej porzeczki 150ml	Budyń waniliowy (mleko) z musem malinowym 150ml Lekki wafelek kukurydziany w czekoladzie mlecznej – 1 szt. Herbata zielona 150ml

*Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie *Alergeny oznaczono pogrubioną czcionką

*Substancje i produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zaznaczono wg załącznika II Dziennika Urzędowego Unii Europejskiej L 304/43. W ZSP w kuchni używa się: **zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy**. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergen