

# MENU:)



data	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>Poniedziałek</b>  <b>22.07</b>	Chleb 60g ( <b>pszenica</b> ) z masłem 8g ( <b>mleko</b> ), parówka 97% mięsa z keczupem Wiórki marchewkowe 30g Herbata z cytryną 150ml	Rosół z ryżem ( <b>seler</b> ) 250ml  Makaron z pesto paprykowym i beszamelem ( <b>pszenica, jaja, mleko</b> ) z <b>orzechami</b> i parmezanem 220g  Kompot z agrestu i czerwonej porzeczki 150 ml	Wafelek kukurydziany  Nektarynka  Koktajl <b>mleczno</b> – ryżowy z truskawkami 150 ml
<b>Wtorek</b>  <b>23.07</b>	<u>Kanapki „rybki”</u> Chleb <b>pszenny</b> 60g z masłem 8g ( <b>mleko</b> ), Sałata 10g, ser gouda( <b>mleko</b> ) 30g Marchewka, ogórek, oliwki 30g  Kakao ( <b>mleko</b> ) 150 ml	Zupa grochowa z ziemniakami ( <b>seler</b> ) 250 ml  Kasza gryczana, <b>jęczmienna</b> 100g Klopsy w sosie warzywnym 60g/30ml ( <b>soja, pszenica, jaja</b> ) Kolorowe warzywa na ciepło: papryka, cukinia, marchew, groszek ( <b>masło</b> ) 80g Kompot z truskawek 150 ml	Baton „crunchy” z <b>orzechami</b> i suszonymi owocami 27g  Morelka  Bawarka ( <b>mleko</b> )150 ml
<b>Środa</b>  <b>24.07</b>	Pieczewo <b>żytnie</b> 60g z masłem 8g ( <b>mleko</b> ), pasta z <b>tuńczyka</b> z papryką, ogórkiem kiszonym i koperkiem 50g  Herbata z cytryną 150 ml	Zupa jarzynowa z czerwoną soczewicą 250ml ( <b>seler</b> )  Puree ziemniaczane 100g Kotlet <b>jajeczny</b> ( <b>pszenica</b> ) 80g Surówka z marchewki i jabłka ( <b>mleko</b> ) 80g  Kompot z czarnej porzeczki 150 ml	Deserek jogurtowy z nasionami chia i truskawkami ( <b>mleko</b> ) 100ml  Wafelek ryżowy  Lemoniada z cytryny, limonki i miodu z listkiem świeżej mięty 150ml
<b>Czwartek</b>  <b>25.07</b>	<b>Owsianka na mleku</b> 200ml  Pieczewo z ziarnami 30g z masłem 4g, ( <b>mleko</b> ) sałata 10g, wędlina wieprzowa 20g, pomidor 30g, szczypior  Herbata malinowa 150 ml	Zupa koperkowa z kaszą jaglaną 250ml ( <b>seler</b> )  Puree ziemniaczane ( <b>mleko</b> )100g Kotlet schabowy ( <b>pszenica, jaja</b> ) 60g Mizeria ( <b>mleko</b> ) 80g  Kompot z wiśni 150 ml	Biskopcziki – 5 szt. ( <b>pszenica, jaja</b> ) Arbuz  Kisiel z jagód do picia 150ml
<b>Piątek</b>  <b>26.07</b>	Chleb 60g ( <b>pszenica</b> ) z masłem 8g( <b>mleko</b> ), pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorkiem ( <b>mleko</b> ) 50g  <b>Mleko</b> z kropelką miodu 150 ml	Zupa jarzynowa z fasolką szparagową i kaszą manną 250ml ( <b>pszenica, mleko</b> )  Ryż z warzywami 150g <b>Ryba</b> Dorsz po grecku 80g/30g  Kompot ze śliwek 150ml	Tapioka na <b>mleku</b> z mussem malinowym 150ml  Chrupki kukurydziane – 2 paczki  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.