Jadłospis **Od 22 lipca do 26 lipca 2024**

***Poniedziałek 22/07/2024***

**Śniadanie:** bułka kajzerka(50g) szynka od szwagra (80g), ser żółty (50g) masło (20g), pomidor koktajlowy,
 herbata z cytryną i miodem, mandarynka.
**Obiad:** Zupa jarzynowa, spagetti (250g) ogórek małosolny ,
kompot wieloowocowy, woda ( 0,5L), jabłko.
**Podwieczorek:** gruszka

Alergeny:1,3,7,9

***Wtorek 23/07/2024***

**Śniadanie:** bułka grahamka (50g) jajko na twardo (80g), ser żółty (50g) masło (20g), rzodkiewka,
 herbata z cytryną i miodem, gruszka.
**Obiad** Zupa fasolowa, indyk w sosie curry (100g), kasza pęczak (100g), surówka z kapusty pekińskiej (100g),
kompot śliwkowy, woda ( 0,5L), banan.
**Podwieczorek:** mus kubuś

Alergeny:1,3,7,9

***Środa 24/07/2024***

**Śniadanie:** bułka paluch z serem (50g) krakowska (80g), ser mozzarella (50g) masło (20g), sałata, ogórek
 herbata z cytryną i miodem, banan.
**Obiad** Zupa ogórkowa, placki ziemniaczane z sosem pieczarkowym (200g),
kompot agrestowy, woda ( 0,5L), jabłko.

**Podwieczorek:** biszkopty

 Alergeny:1,3,4,7,9

***Czwartek 25/07/2024***

**Śniadanie:** bułka grahamka (50g) polędwica sopocka (80g), ser (50g) masło (20g), pomidor koktajlowy,
 herbata z cytryną i miodem, jabłko.
**Obiad** Zupa pomidorowa z makaronem, kotlet mielony (100g), ziemniaki (120g), surówka z marchewki (100g),
kompot truskawkowy, woda ( 0,5L), nektarynka.

**Podwieczorek:** herbatniki

Alergeny:1,3,7,9

***Piątek 26/07/2024***

**Śniadanie:** bułka kajzerka(50g) pasta z tuńczyka (80g), ser żółty (50g) masło (20g), sałata, pomidor koktajlowy,
 herbata z cytryną i miodem, nektarynka.
**Obiad** Zupa krupnik, naleśniki z serem i śmietaną (200g),
kompot porzeczkowy, woda ( 0,5L), gruszka.

**Podwieczorek:** jogurt owocowy

Alergeny:1,3,7,9

Jadłospis **Od 29 lipca do 02 sierpnia 2024**

***Poniedziałek 29/07/2024***

**Śniadanie:** bułka kajzerka(50g) szynka wiejska (80g), masło (20g),sałata, pomidor malinowy,
 herbata z cytryną i miodem, mandarynka.
**Obiad:** Zupa zacierkowa, pierś z kurczaka z brzoskwinią (100g) ziemniaki (100g), marchewka mini (100g)
kompot wieloowocowy, woda ( 0,5L), jabłko.
**Podwieczorek:** lubiś

Alergeny:1,3,7,9

***Wtorek 30/07/2024***

**Śniadanie:** bułka grahamka (50g) salami (80g), ser wędzony (50g) masło (20g), sałata, papryka,
 herbata z cytryną i miodem, gruszka.
**Obiad** Zupa szczawiowa z jajkiem, kluski śląskie z mięsem i cebulką (250g), surówka z colesław (100g),
kompot śliwkowy, woda ( 0,5L), banan.
**Podwieczorek:** herbatniki

Alergeny:1,3,7,9

***Środa 31/07/2024***

**Śniadanie:** bułka paluch z serem (50g) serek ze szczypiorkiem (80g) masło (20g), sałata, pomidor koktajlowy,
 herbata z cytryną i miodem, banan.
**Obiad** Zupa rosół, schab w sosie koperkowym (100g), ziemniaki (100g), buraczki (100g)
kompot agrestowy, woda ( 0,5L), jabłko.

**Podwieczorek:** ciastko kinder

 Alergeny:1,3,4,7,9

***Czwartek 01/08/2024***

**Śniadanie:** bułka kajzerka(50g) krakowska (80g), ser żółty (50g) masło (20g), pomidor, ogórek
 herbata z cytryną i miodem, jabłko.
**Obiad** Zupa pieczarkowa, makaron z truskawkami i śmietaną (250g),
kompot truskawkowy, woda ( 0,5L), nektarynka.

**Podwieczorek:** drożdżówka

Alergeny:1,3,7,9

***Piątek 02/08/2024***

**Śniadanie:** bułka grahamka (50g) pasta jajeczna (80g), masło (20g), pomidor koktajlowy, sałata
 herbata z cytryną i miodem, nektarynka.
**Obiad** Zupa kalafiorowa, paluszki rybne (100g), ziemniaki (100g), surówka z kiszonej kapusty (100g)
kompot porzeczkowy, woda ( 0,5L), gruszka.

**Podwieczorek:** actimel

Alergeny:1,3,4,7,9

Jadłospis **Od 05 sierpnia do 09 sierpnia 2024**

***Poniedziałek 05/08/2024***

**Śniadanie:** bułka kajzerka(50g) schab pieczony (80g), serek topiony (50g) masło (20g), papryka, sałata
 herbata z cytryną i miodem, mandarynka.
**Obiad:** Zupa żurek, pałki z kurczaka (100g) ziemniaki (100g), mizeria (100g)
kompot wieloowocowy, woda ( 0,5L), jabłko.

**Podwieczorek:** biszkopty
Alergeny:1,3,7,9

***Wtorek 06/08/2024***

**Śniadanie:** bułka grahamka (50g) szynka wiejska (80g), ser (50g) masło (20g), rukola, pomidor
 herbata z cytryną i miodem, gruszka.
**Obiad**  grochówka z kiełbasą, pierogi włoskie (szpinak, suszony pomidor 250g), surówka z kapusty białej (100g),
kompot śliwkowy, woda ( 0,5L), banan.

**Podwieczorek:** jogurt owocowy

Alergeny:1,3,7,9

***Środa 07/08/2024***

**Śniadanie:** bułka kajzerka(50g) polędwica (80g), masło (20g), pomidor koktajlowy, szczypior, sałata
 herbata z cytryną i miodem, banan.
**Obiad** Zupa brokułowa, kotlet pożarski (100g), ziemniaki (100g), kapusta zasmażana (100g)
kompot agrestowy, woda ( 0,5L), jabłko.

**Podwieczorek:** ciastko lubiś

 Alergeny:1,3,4,7,9

***Czwartek 08/08/2024***

**Śniadanie:** bułka grahamka (50g) jajko na twardo (80g), majonez (20g) masło (20g), pomidor koktajlowy, szczypiorek
 herbata z cytryną i miodem, jabłko.
**Obiad** Zupa pomidorowa, bitki wieprzowe w sosie (100g), kasza jęczmienna (100g), bukiet warzyw gotowanych (100g)
kompot truskawkowy, woda ( 0,5L), nektarynka.

**Podwieczorek:** drożdżówka

 Alergeny:1,3,7,9

***Piątek 09/08/2024***

**Śniadanie:** bułka paluch z serem (50g) tuńczyk (80g), ser żółty (50g) masło (20g), pomidor, ogórek, sałata
 herbata z cytryną i miodem, nektarynka.
**Obiad** Zupa z dyni, racuchy z jabłkiem (250g),
kompot porzeczkowy, woda ( 0,5L), gruszka.

**Podwieczorek:** ciastkoknoppers

Alergeny:1,3,7,9