

📅 22.04.2024 **Poniedziałek**

## I Śniadanie

### Jajecznica na mleku

Składniki: **jaja** kurze całe, **mleko** krowie, 2% tłuszczu

### Bułka grahamka z szynką z indyka i ogórkiem świeżym

Składniki: bułki **pszenne** grahamki, szynka z indyka, ogórek, masło ekstra (**mleko**)

### Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

## II Śniadanie

### Kluski lane na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 500

### Ogórek słupki

Składniki: ogórek

## Obiad

### Zupa grochowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, groch, nasiona suche, marchew, pietruszka, korzeń, cebula, kiełbasa śląska, olej rzepakowy, boczek wędzony bez kości, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, cząber suszony

### Ryż z jabłkami, jogurtem greckim i cynamonem

Składniki: jabłko, jogurt grecki (**mleko**), ryż biały, woda, **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, cukier, olej rzepakowy, cynamon

### Sok wieloowocowy

Składniki: sok wieloowocowy z owoców krajowych 100%

📅 23.04.2024 **Wtorek**

## I Śniadanie

### Kanapka z pieczywa graham z masłem i pomidorem

Składniki: chleb **pszenny** graham, pomidor, masło ekstra (**mleko**)

### Kanapka z szynką wieprzową i ogórkiem kiszonym

Składniki: chleb **pszemno-żytni**, szynka wieprzowa, gotowana, ogórek kiszony, masło ekstra (**mleko**)

### Bawarka

Składniki: woda, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, herbata czarna

## II Śniadanie

### Budyń czekoladowy

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, czekolada gorzka (**soja**, **mleko**), cukier, skrobia ziemniaczana

### Jabłko

## Obiad

### Zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem

Składniki: woda, ziemniaki, szczaw konserwowy, **jaja** kurze całe, marchew, Śmietana 12% (**mleko**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, mięso z ud kurczaka, bez skóry, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

### Gulasz jarzynowy z wieprzowiną

Składniki: wieprzowina łopatką, kapusta biała, marchew, fasolka szparagowa, mrożona, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, koncentrat pomidorowy, 30%, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450

### Kasza gryczana

### Woda z cytryną

Składniki: woda, cytryna

📅 24.04.2024 **Środa**

## I Śniadanie

### Kanapka z sałatą, szynką wieprzową i ogórkiem świeżym

Składniki: chleb **pszemno-żytni**, szynka wieprzowa, gotowana, ogórek, masło ekstra (**mleko**), sałata

### Papryka kolorowa

### Kawa zbożowa z mlekiem

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

## II Śniadanie

### Kisiel z owoców leśnych własnego wyrobu

Składniki: woda, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, czarne jagody, mrożone, cukier, skrobia ziemniaczana

### Marchewka słupki

Składniki: marchew

## Obiad

### Krem z groszku na wywarze warzywnym

Składniki: woda, groszek zielony, mrożony, cebula, marchew, Śmietanka 30% (**mleko**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, olej rzepakowy, cytryna, czosnek, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

### Pierogi z serem i jogurtem naturalnym

Składniki: pierogi z serem (**pszenica**, **jajka**, **mleko**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), cukier

### Sok brzoskwiniowo-pomarańczowy 100%

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

📅 25.04.2024 **Czwartek**

## I Śniadanie

### Bułka paryska z serem żółtym i papryką

Składniki: bułka paryska (angielka) (**pszenica**), ser gouda tłusty (**mleko**), papryka czerwona, masło ekstra (**mleko**)

### Bułka z szynką z indyka, sałatą i czerwoną papryką

Składniki: bułki kajzerki (**pszenica**), papryka czerwona, szynka z indyka, masło ekstra (**mleko**), sałata

### Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

## II Śniadanie

### Drożdżówka z kruszonką z owocami

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, cukier, olej rzepakowy, mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, truskawki, mrożone, drożdże piekarskie, prasowane

### Banan

## Obiad

### Krupnik z kaszą pęczak

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kasza **jęczmienna**, pęczak, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, mięso z ud kurczaka, bez skóry, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

### Gołąbki bez zawijania z szynki wieprzowej w sosie pomidorowym

Składniki: wieprzowina szynka surowa, woda, kapusta włoska, koncentrat pomidorowy, 30%, ryż biały

### Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

### Kalafior z wody, z masłem

Składniki: kalafior, mrożony, masło ekstra (**mleko**)

### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

📅 26.04.2024 **Piątek**

## I Śniadanie

### Kanapka z serem i rzodkiewką

Składniki: chleb **pszemno-żytni**, ser gouda tłusty (**mleko**), rzodkiewka, masło ekstra (**mleko**)

### Szynka kanapkowa

### Herbata miętowa

## II Śniadanie

### Chałka z serkiem homogenizowanym waniliowym

Składniki: chałki **pszenne**, serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy (**mleko**)

### Kawa zbożowa z mlekiem

Składniki: woda, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

### Gruszka

## Obiad

### Krem z białych warzyw na wywarze warzywnym z nasionami słonecznika

Składniki: woda, kalafior, ziemniaki, marchew, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, Śmietana 18% (**mleko**), słonecznik, nasiona, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, gałka muszkatołowa, tymianek

### Dorsz pieczony

Składniki: **dorsz** świeży, filety bez skóry (**ryba**), olej rzepakowy, cytryna, sól biała, pieprz

### Kasza bulgur (**pszenica**)

### Surówka wielowarzywna

Składniki: kapusta włoska, marchew, jabłko, por, papryka czerwona, olej rzepakowy, koperek

### Lemoniada

