Jadłospis

**Poniedziałek, 15.09.2025**

**Śniadanie:** płatki żytnie na mleku z bakaliami, pieczywo mieszane z masłem i dżemem, śliwki, herbata z malin

Alergeny: mleko i produkty pochodne, gluten

**Obiad:** zupa szparagowa, spaghetti z sosem bolońskim, ogórek kiszony, sok pomarańczowy

Alergeny: seler, mleko i produkty pochodne, gluten

**Podwieczorek:**  warzywa na talerzu ( kalarepa, marchewka, pomidorki koktajlowe, ogórek zielony ) z dipem jogurtowym, maca razowa, herbata

Alergeny: mleko i produkty pochodne, gluten

**Wtorek, 16.09.2025**

**Śniadanie:** herbata z miodem i cytryną, bułki wieloziarniste z masłem, polędwica sopocka, twarożek z rzodkiewką, sałata, pomidor, kiełki lucerny, lemoniada arbuz-mięta

Alergeny: mleko i produkty pochodne, gluten

**Obiad:** rosół z makaronem, kurczak gotowany w sosie potrawkowym, ryż, marchewka z groszkiem, sok jabłkowy

Alergeny: seler, gluten, mleko i produkty pochodne, jaja

**Podwieczorek:** kaszka kukurydziana na mleku z truskawkami, herbata

Alergeny: gluten, mleko i produkty pochodne

**Środa, 17.09.2025**

**Śniadanie:** herbata zielona, pieczywo mieszane z masłem, szynka domowa, serek kanapkowy z ziołami, pomidor, ogórek kiszony, roszponka, herbata z aronii

Alergeny: mleko i produkty pochodne, gluten

**Obiad:** zupa z żółtej fasolki szparagowej z ziemniakami i zieleniną, kotlety z jajek, ziemniaki duszone z koperkiem, brukselka, marchewka w słupki, sok z czarnej porzeczki

Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko i produkty pochodne

**Podwieczorek:** deser z chia ( jogurt grecki, borówki ), wafelek deserowy

Alergeny: mleko i produkty pochodne, gluten

**Czwartek, 18.09.2025**

**Śniadanie:** kawa zbożowa z mlekiem, pieczywo mieszane z masłem, krakowska podsuszana, serek puszysty, rukola, papryka czerwona, kiełki brokułu, herbata z żurawiny

Alergeny: gluten, mleko i produkty pochodne

**Obiad:** grochówka na wędzonce z ziemniakami i zieleniną, kaszotto warzywne, mix sałat z pomidorkami, kukurydzą i fetą, kompot

Alergeny: seler, gluten, mleko i produkty pochodne

**Podwieczorek:** mus z owoców – wyrób własny ( banan, truskawka, jabłko ), serek waniliowy, chrupki kukurydziane

Alergeny: mleko i produkty pochodne

**Piątek, 19.09.2025**

**Śniadanie:** herbata, pieczywo mieszane z masłem, twaróg biały wędzony z keczupem, jajko, ogórek zielony, kiełki rzodkiewki, herbata z dzikiej róży

Alergeny: mleko i produkty pochodne, gluten

**Obiad:** krem z dyni z groszkiem ptysiowym, dorsz pieczony ze szpinakiem, ziemniaki z koperkiem, surówka colesław, sok jednodniowy ( jabłko, burak, cytryna )

Alergeny: gluten, mleko i produkty pochodne, ryba, jaja, seler

**Podwieczorek:**  ciasto marchewkowe - wyrób własny, jabłko, kakao

Alergeny: mleko i produkty pochodne, gluten, jaja

**Dzieci mają stały dostęp do niegazowanej wody mineralnej**