

Jadłospis dekadowy od dnia 09.06.2025r. do dnia 20.06.2025r.

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA +DESER	DRUGIE DANIE
Poniedziałek 09.06.2025	Chleb wielozziarnisty (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, woda, drożdże, siemię lniane, słonecznik, sezam, sól), Masło, ser żółty (składniki: mleko, sól, stabilizator- chlorek wapnia, kultury bakterii, barwnik; karoteny) Warzywa: pomidor malinowy, szczypiorek, herbata owocowa (składniki: woda, owoce, aronii, jabłka, porzeczki, dzika róża) [zawiera 1,7],	Zupa ogórkowa z ryżem zabieleną śmietaną (składniki: woda, ryż, ogórki kiszane, (ogórki, koper, chrzan, czosnek), seler, pietruszka, por, marchew, śmietana (składniki: śmietanka , żywe kultury bakterii mlekowych), koperek, przyprawy Kisiel wiśniowy (składniki: woda, mąka ziemniaczana, mrożone wiśnie) -wyrób własny. [zawiera 7,9,10],	Kotlet schabowy z mięsa wieprzowego (składniki: mięso z schabu, jaja , cebula, olej rzepakowy, przyprawy), ziemniaki z koperkiem , kapusta zasmażana z młodej kapusty (składniki, kapusta biała młoda, składniki: kapusta biała, cebula, olej rzepakowy, sól , cukier, przyprawy, natka pietruszki, Kompot z rabarbaru (składniki: woda, rabarbar, cukier,) melon , [zawiera1,3,7]
Wtorek 10.06.2025	Chleb kukurydziany (składniki: mąka pszenna, żytnia, mieszanka kukurydziana, sól, drożdże), masło (7) , pastą majonezową (składniki: kiełbasa krakowska, jaja, ser żółty, majonez) -wyrób własny, warzywa: ogórek zielony, szczypiorek, kawa inka (składniki: woda, zboża (żyto , jęczmień , cykoria) [zawiera 1,7]	Krupnik z kaszą jęczmienną z warzywami (składniki: woda, kasza jęczmienna, ziemniaki, seler , pietruszka, por, marchew, przyprawy), Pół rogalą (składniki: mąka pszenna, woda, drożdże, sól) masło [7] , kakao na mleku (składniki: mleko 2%, kakao), [1,7,9]	Pierogi leniwe (mąka pszenna, ziemniaki, jaja, ser twarogowy, przyprawy) polane masłem , surówka z marchwi, jabłka i ananasa skropione sokiem z pomarańczy (składniki: marchew, jabłko, ananas w syropie, pomarańcza), kompot jabłkowy (składniki: woda, jabłko, cukier) truskawki świeże . [zawiera1,3,7]
Środa 11.06.2025	Chleb słonecznikowy (składniki: mąka pszenna, żytnia, nasiona słonecznika, sól, drożdże), [masłem [7] twarożkiem (składniki: <i>mleko</i> , <i>śmietana</i> , kultury bakterii) Warzywa: rzodkiewka, szczypiorek, herbata owocowa (składniki: woda, owoce, aronii, jabłka, porzeczki, dzika róża) [zawiera 1,7]	Kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami z dodatkiem na wywarze z warzyw z dodatkiem koperku (składniki: woda, seler , marchew, ziemniaki, kapusta biała młoda, pietruszka, koper, Kefir (składniki: mleko, charakterystyczne bakterie kulturowe) jagodowy (czarna [[zawiera 1,7,9]	Pulpety z fileta indyka w sosie własnym (składniki: mięso z fileta z indyka, mąka pszenna, jaja, olej rzepakowy, przyprawy) Mix kasz -kasza gryczana (gryka), kasza jęczmienna (jęczmień), surówka z buraczków i kukurydzy z dodatkiem koperku i oleju (składniki: buraki, kukurydza (składniki: kukurydza, woda, cukier, sól), przyprawy, olej rzepakowy, Sok jednodniowy Marchewkowe Pole (składniki: marchew, pomarańcza, cytryna, kurkuma), banan [zawiera 1,3,7,10]

Czwartek 12.06.2025	Chleb graham (składniki: mąka pszenna, graham, woda, drożdże, sól) masło [7] , szynką bez konserwantów (składniki: mięso wieprzowe 82 %woda, przyprawy, sól, glukoza, białko wieprzowe, izolat białka sojowego, Warzywa: ogórek zielony, szczypiorek, kawa inka na mleku (składniki: mleko 2%, zboża (żyto, jęczmień, cykoria) [zawiera 1,7]	Jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną (składniki: jarzynka mrożona, woda , ziemniaki, seler, pietruszka, por, marchew, koper, przyprawy, śmietana (składniki: śmietanka , żywe kultury bakterii mlekowych), mus owocowy truskawki, maliny (składniki owoce mrożone, cukier), [zawiera 3,7,9]	Łazanki (makaron z mąki durum (składniki: pszenica, sól,) z mięsem wieprzowymi kapustą kiszoną, (składniki: kapusta kiszona (kapusta, sól), marchew, olej rzepakowy, przyprawy), Kompot owocowy (składniki: (składniki: woda, śliwka, agrest, czarna porzeczka, truskawka) /jabłko, [zawiera 1,7]
Piątek 13.06.2025	Stół szwedzki: Chleb mieszany z masłem (składniki: mąka pszenna, żytnia, nasiona słonecznika, sól, drożdże), ser żółty (składniki: mleko, sól, stabilizator- chlorek wapnia, kultury bakterii, barwnik; karoteny), schabem pieczonym , (składniki: mięso wieprzowe schab surowy, przyprawy, sól), powidła śliwkowe , Warzywa; rukola, zielony ogórek zielony, pomidor malinowy, Kakao(mleko2%) [zawiera 1,3,7]	Zupa koperkowa z ryżem i warzywami , (składniki: woda, ryż, seler, pietruszka, por, marchew, koper, przyprawy), Bułka maślana (składniki: mąka pszenna, woda, drożdże, sól) z masłem [zawiera 1,7,9]	Filet rybny z Miruny w klasycznej panierce (składniki: filet z morskiczka b/s, jaja, bułka tarta, przyprawy,), ziemniaki z koperkiem , surówka z kiszonej kapusty, z marchewką (składniki: kapusta kiszona (kapusta, sól), marchew, olej rzepakowy, przyprawy), Sok jednodniowy Dzikus (składniki: jabłko, szpinak, koperek, cytryna) /Woda, Gruszka. [zawiera1,3,4,7]
Poniedziałek 16.06.2025	Chleb wieloziarnisty (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, woda, drożdże, siemię lniane, słonecznik, sezam, sól), Masło [7] , kiełbasą krakowską suchą (składniki: mięso wieprzowe 95%, sól, woda, stabilizatory: fosforany, białko sojowe, subst, zagęszczająca karagan, przyprawy) Warzywa: pomidor malinowy, szczypiorek, herbata owocowa (składniki: woda, owoce, aronii, jabłka, porzeczki, dzika róża) [zawiera 1,7],	Rosół drobiowy z makaronem na wywarze z warzyw z dodatkiem świeżej natki pietruszki (składniki: woda, kurczak, makaron z pszenicy durum, marchew, pietruszka korzeń, seler, natka pietruszki, przyprawy), słupki warzywno-owocowe (marchew, jabłko, melon), [zawiera 1,7,9]	Filet z kurczaka w cieście naleśnikowym (składniki: mięso z fileta z kurczaka, jaja, mąka pszenna, mleko2 %, przyprawy, olej rzepakowy), ziemniaki z koperkiem , mizeria (składniki: ogórek zielony, śmietana: śmietanka , żywe kultury bakterii mlekowych), koper, przyprawy, Kompot z rabarbaru (składniki: woda, rabarbar, cukier,), melon , [zawiera1,3,7]

Wtorek 17.06.2025	Chleb słonecznikowy (składniki: mąka pszenna, żytnia, nasiona słonecznika, sól, drożdże), masło [7] pasta z kurczaka (składniki: mięso z kurczaka, przyprawy, majonez (żółtko jajek , olej rzepakowy, ocet, musztarda (woda, gorczyca , sól, cukier, przyprawy)), warzywa : pomidor malinowy, papryka czerwona, herbata czarna z cytryną (składniki: woda, cytryna, mieszanka herbaty czarnej)), [zawiera 1,7,]	Botwinka z ziemniakami na wywarze z warzyw zabelana śmietaną z dodatkiem koperku (składniki, woda, świeża botwinka, ziemniaki, seler , marchew, pietruszka, koper,) śmietana (składniki: śmietanka , żywe kultury bakterii mlekowych) Koktajl brzoskwiniowy na jogurcie naturalnym (składniki: jogurt naturalny (mleko, kultury bakterii), brzoskwinie w syropie (składniki: brzoskwinie, woda, cukier, kwas cytrynowy) [zawiera7,9]	Pampuchy z polewą truskawkową (składniki: mąka pszenna, mleko, jaja, drożdże, cukier, jabłka) truskawki mrożone (składniki: woda, truskawki mrożone, cukier) Kompot owocowy (składniki: woda, śliwka, agrest, czarna porzeczka, czerwona porzeczka,), mix warzyw do gryzienia kalarepa, burak, [zawiera 1,3,7]
Środa 18.06.2025	Chleb kukurydziany składniki: mąka pszenna, żytnia, mieszanka kukurydziana, sól, drożdże), masło [7] , twarożkiem (składniki: <i>mleko</i> , śmietana, kultury bakterii) Warzywa: rzodkiewka, szczypiorek, pomidor, herbata owocowa (składniki: woda, owoce, aronii, jabłka, porzeczki, dzika róża) [zawiera 1,7]	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami na wywarze z warzyw zabelana śmietaną z dodatkiem koperku (składniki, woda, fasolka szparagowa żółta, ziemniaki, seler , marchew, pietruszka, koper,) śmietana (składniki: śmietanka , żywe kultury bakterii mlekowych), Przekładaniec banan-truskawka (składniki: banan, truskawki mrożone, cukier)	Gołąbki bez zawijania (mięso wieprzowe, ryż, kapusta biała) sos pomidorowy (składniki; topatka wieprzowa, karkówka, ryż, kapusta biała, koncentrat pomidorowy) Sok jednodniowy Na straganie (składniki: jabłko, seler naciowy, cytryna) jabłko, [zawiera 1,7]
Czwartek 19.06.2025			
Piątek 20.06.2025	Chleb wielozłazny (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, woda, drożdże, siemię lniane, słonecznik, sezam, sól), Masło [7] , kiełbasą krakowską suchą (składniki: mięso wieprzowe 95%, sól, woda, stabilizatory: fosforany, białko sojowe, subst, zagęszczająca karagen, przyprawy) Warzywa : pomidor malinowy, szczypiorek, herbata owocowa (składniki: woda, owoce, aronii, jabłka, porzeczki, dzika róża) [zawiera 1,7] ,	Botwinka z ziemniakami na wywarze z warzyw zabelana śmietaną z dodatkiem koperku (składniki, woda, świeża botwinka, ziemniaki, seler , marchew, pietruszka, koper,) śmietana (składniki: śmietanka , żywe kultury bakterii mlekowych) [1,7,9]	Makaron z twarożkiem i polewą truskawkową (składniki: makaron kokardki(pszenica), twaróg (mleko, kultury bakterii), truskawki, mix warzyw do gryzienia ; kalarepa, burak, Kompot owocowy (składniki: (składniki: woda, śliwka, agrest, czarna porzeczka, truskawka) /Woda, jabłko. [zawiera 1,7]