|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Śniadanie** | **Obiad** | | **Podwieczorek** |
| **Dzień** | **Godz. 8.30** | **Godz.11.30** | | **Godz. 13.50** |
|  |  | **I danie** | **II danie** |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Poniedziałek**  **24.06.2024** | *Angielka 60g,* **( mąka pszenna,drożdże ,**woda**) ,**  *masło10g* ***(,* śmietanka pas. z** **mleka)**,dżem czarnaporzeczka **15 g(czarna porzeczka, cukier ,subst .żelujące ) cukier ,subst .żelujące )** *,* ***mleko2****% 150* *ml* | *Zupa ogórkowa zabielana z ziemniakami 250g* (marchew, pietruszka, **seler,** por, ziemniaki, ogórki kiszone skrzydło z indyka i kurczaka, **śmietana 18%, jogurt naturalny**  ) | *Kasza gryczana 40g* ) *, gulasz wieprzowy 80g* ( mięso wieprz., przyprawy, olej rzepakowy **mąka pszenna),** *surówka z młodej kapusty j i marchwi 60g, sok, jabłkowy 150 ml, arbuz 80g* | *Chleb 40g,* **( mąka pszenna,mąka żytnia, drożdże, sól),***, chleb wiejski 20g*  **mąka żytnia, zakwas,** **nat.,** woda)*,* *masło 10g* ( **śmietanka pas. z mleka)**  *, biały schab 20g* **(**schab wiep.. 93%, przyprawy**, seler, gorczyca, soja),** *herbata z cytryną 150 ml* **( cukier trzcinowy 0,01g,** cytryna ),rzodkiewka 5g, pomidor 10 g |
| **Wtorek**  **25.06.2024** | *Chałka 60g* **(mąka pszenna ,** woda**, drożdże, cukier** ) *masło 10g (***śmietanka pas. z** **mleka),** *,(płatki czekoladowo-zbożowe z mlekiem 200g* **(**mąka pełno .ziar.,**, kasza kukurydziana , cukier , kakao ,sezam mleko 2% )**) | *Rosół z makaronem* 200g  *(*marchew, por, pietruszka**,seler** , skrzydło z kurczaka **i** indyka , przyprawy, **mąka** **makaronowa , jajka** ,woda ) | *Ziemniaki 200g , kotlet mielony z fileta kurczaka 80g* **(** filet z kurczaka **,** przyprawy, **bułka tarta, jajko ,**olej rzepakowy **.**)  *fasolka szparagowa 60 g (***masło, bułka****tarta** *) kompot**150ml,*  (porzeczki, wiśnie, agrest *)*,jabłko 80 g | *Angielka**40g,* **( mąka psz*enna,* drożdże,** woda),*chleb kanapkowy 20g* **( mąka psz*enna,* mąka żytnia, zakwas nat** *,* ***sól*** *) masło 10g* ( **śmietanka pas. z mleka),***20g*( pasztet 15 g ( mięso wiep. wątróbka drob., przyprawy**, seler, soja, gorczyca***), pomidor**10g, herbata owocowa 150 ml*  **(cukier trzcinowy 0,01g,**kwas cyt. sok malinowy , wit C)*,* |
| **Środa**  **26.06.2024** | *Angielka**40g,* **( mąka psz*enna,* drożdże,** woda),*chleb babuni 20g* **( mąka psz*enna,* mąka żytnia, zakwas nat** *,* ***sól****)* *masło 10g (* **śmietanka pas. z mleka),** *szynka krucha .20g, (*mięso wiep.. 96%, **przyprawy, soja, gorczyca, seler),** papryka 10 g ,  *kawa mleczna 150 ml,* **(**( **mleko 2** **%, zboże 72 %,** cykoria, prażony burak cukrowy , **cukier trzcinowy 0,01g** *)* | *Zupa kalafiorowa z ziemniakami 200 g (*kalafior **seler,** natka ,przyprawy marchew , pietruszka , porskrzydła z kurczaka i indyka ,ziemniaki ) | Makaron 40 g(**mąka** makaronowa , **jajka** ,woda) , pulpet w sosie pomidorowym ( mięso wiep , **jajko** ,**mąka pszenna** , przyprawy ) . *surówka z kapusty pekińskiej j i kukurydzy 60g, sok gruszkowy 150 ml , morela 80 g* | *Pa*łeczki kukurydziane 100 g , *mus truskawkowy 50 g herbata z cytryną 150 ml (***cukier trzcinowy 0,01** g ,cytryna) |
| **Czwartek**  **27.06.2024** | *Angielka**40g,* **( mąka psz*enna,* drożdże,** woda), *chleb ze słonecznikiem 20 g( mąka pszenna –żytnia ,zakwas nat .ziarna słonecznika ,sól* *) masło 10g ś***mietanka pas. z** **mleka),serek łaciaty 15 g białka mleka ,sól) s***zczypiorek 5g* **,** *kakao 150 ml* **( mleko 2%, kakao nat., cukier trzcinowy 0,01 g)** | *Zupa* barszcz czerwony  *zabielana z ziemniakami 250g (* , **seler*,*** marchew, pietruszka, por, ziemniaki ,burak czerwony natka ,**śmietana 18%, jogurt nat. mąka pszenna ,** skrzydło z kurczaka i indyka, przyprawy). | Ziemniaki 200g ,potrawka z fileta kurczaka 80 g (filet z kurczaka ,**masło, mąka pszenna** ,przyprawy ,wywar rosołowy ),surówka z marchwi i brzoskwini 60 g ,sok jabłkowy 150 ml, arbuz 80g | *Ryż 40g ,mus* jabłkowy naturalny 50 g , herbata owocowa 150 ml*(* **cukier trzcinowy 0,01g,**kwas cyt. sok malinowy , wit C |
| **Piątek**  **28.06.2024** | *Angielka**30g,* **( mąka psz*enna,* drożdże,** woda), *chleb razowy 30g (***mąka żytnia, mąka razowa , zakwas nat***.,* **drożdże***,* **sól,**woda),  *masło10g* ***(,* śmietanka pas. z** **mleka), jajko gotowane 15 g szczypiorek 5g ,**kawa z mlekiem 150 m***l* ( mleko 2%, zboże 72 % jęczmień ,żyto ,cykoria, prażony burak cukrowy .,cukier trzcinowy 0,01 g**  **,mleko 2 %)** | *Zupa ziemniaczana zabielana z natką 250g*  (marchew, por, **seler,** pietruszka, ziemniaki , skrzydło z kurczaka i indyka ,przyprawy, natka, **śmietana 18%, jogurt nat**. ) | Kluski leniwe z serem100 g(**mąka pszenna***,* **jajka, twaróg półtłusty** *)****masełko 10 g ,******bułka tarta 10 g****, marchew 40g kompot*  *150 ml,*  (porzeczki, wiśnie, agrest *), jabłko 80g* | *Chleb 60g,* **( mąka pszenna,mąka żytnia,** **zakwas nat.,****drożdże, sól*)***,*masło 10g* ( **śmietanka pas. z mleka),** *kiełbasa szynkowa 20 g (mięso wieprzowe 96 % ,przyprawy ,seler ,soja ,gorczyca )rzodkiewka 5g, ogórek zielony 5g*  *herbata z cytryną 150* **ml ( cukier trzcinowy 0,01g,** cytryna) |