 **Jadłospis**

**PONIEDZIAŁEK 04.06**

**ŚNIADANIE: kakao/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, szynka bankietowa/30g/, miód/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Zupa gulaszowa/200ml/, pierogi leniwe z masłem/180g/, sałatka owocowa/60g/, sok naturalny/150ml/;**

**PODWIECZOREK: pieczywo razowe/40g/, masło/5g/, sałatka z tuńczyka/30g/, herbata z cytryną/150ml/,jabłko.**

**WTOREK 05.06**

**ŚNIADANIE: Lane kluski na mleku/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, wędlina drobiowa/30g/, dżem brzoskwiniowy/30g/, napój miętowo-cytrynowy/150ml/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD:** Z**upa owocowa/200ml/, ziemniaki/100g/, schab duszony z cebulką /90g/, surówka wiosenna z jogurtem/40g/, napój cytrynowy.**

**PODWIECZOREK: placki z jabłkami i cukrem pudrem/30g/, mleko/150ml/, truskawki.**

**ŚRODA 06.06**

**ŚNIADANIE: kawa Inka/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, mix wędlin/30g/, tarty ser z marchewką/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Kwaśnica/200ml/, kasza pęczak/100g/, pulpecik w sosie koperkowym/120g/, surówka z marchewki
i jabłka/30g/, lemoniada/150ml/;**

**PODWIECZOREK: bułka z ziarnami/40g/, masło/3g/, pasztet/20g/, herbata/150ml/, owoc**

**CZWARTEK 07.06**

**ŚNIADANIE: płatki owsiane na mleku/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, pierś z indyka/30g/, powidła śliwkowe/30g/, napój owocowy/150ml/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Krupnik z koprem/200ml/, spagetti bolognese /200g/, sałata z sosem vinegrette/30g/, kompot jeżynowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: jogurt naturalny z płatkami jaglanymi i świeżymi owocami /40g/, owoc.**

**PIĄTEK 08.06**

**ŚNIADANIE: Bawarka/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, jajko ze szczypiorkiem/30g/, wędlina krakowska/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Barszcz biały z kiełbasą/200ml/, kasza bulgur z warzywami/90g/ ryba zapiekana z masłem/100g/, surówka z czerwonej kapusty/30g/, kompot mieszany/150ml/;**

**PODWIECZOREK: sernik z truskawkami/50g/, napój owocowy/150ml/, mix owoców.**

**Dzieci mają stały dostęp do wody „ŻYWIEC”, po śniadaniu otrzymują owoce surowe lub suszone.**

 **\*(mix świeżych warzyw: papryka, ogórek świeży, pomidor, rzodkiewka, sałata, ogórek kiszony)**

*Zastrzegamy prawo do zmian w jadłospisie*



 **Jadłospis**

**PONIEDZIAŁEK 11.06**

**ŚNIADANIE: Kakao/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, łosoś wędzony/30g/, wędlina żywiecka/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Grochówka z kiełbaską/200ml/, makaron z białym serem i polewą truskawkową/180g/, sok naturalny/150ml/;**

**PODWIECZOREK: Pieczywo jasne/40g/, masło/5g/, pasta z fasoli z ciecierzycy i pieczonej papryki /20g/, ogórek kiszony/20g/, napój miodowo-cytrynowy/150ml/, gruszka.**

**WTOREK 12.06**

**ŚNIADANIE: Płatki ryżowe na mleku/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, szynka swojska/30g/, dżem brzoskwiniowy/30g/, napój cytrynowy/150ml/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD:** Z**upa krem z cukinii z grzaneczkami/200ml/, ziemniaki/100g/, kotlet mielony/90g/, mizeria z jogurtem/40g/, kompot wiśniowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: naleśniki szpinakowe owocami /120g/, kleks serka waniliowego/15g/,
czystek z miodem /150ml/, jabłko**

**ŚRODA 13.06**

**ŚNIADANIE: kawa Inka/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, mix wędlin/30g/, miód/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Zupa szczawiowa/200ml/, ryż/100g/, potrawka z kurczaka/180g/, sałatka z buraczków z jabłkiem/40g/, kompot wieloowocowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem/40g/, kleks serka waniliowego/15g/, herbata z cytryną/150ml/, jabłko.**

**Czwartek 13.06**

**ŚNIADANIE: kawa Inka/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, mix wędlin/30g/, miód/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Zupa krem z białych warzyw/200ml/, ziemniaki młode z koperkiem/90g/, kotlet z piersi indyka w płatkach kukurydzianych, surówka z młodej kapusty z marchwią/40g/, kompot wieloowocowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: bułeczka maślana/30g/, jogurt naturalny z musli i musem jagodowym/100ml/, herbata/150ml/, truskawki.**

**PIĄTEK 14.06**

**ŚNIADANIE: Herbata z cytryną/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, mix wędlin/30g/, jajko ze szczypiorkiem/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Barszcz ukraiński/200ml/, kasza gryczana/100g/, sztuka mięsa w sosie pieczeniowym/180g/, ogórek kiszony/30g/, kompot truskawkowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: Budyń czekoladowy/50g/, kruche ciasteczka/30g/, napój owocowy/150ml/, mix owoców.**

**Dzieci mają stały dostęp do wody „ŻYWIEC”, po śniadaniu otrzymują owoce surowe lub suszone.**

 **\*(mix świeżych warzyw: papryka, ogórek świeży, pomidor, rzodkiewka, sałata, ogórek kiszony)**

*Zastrzegamy prawo do zmian w jadłospisie*

 **Jadłospis**

**PONIEDZIAŁEK 18.06**

**ŚNIADANIE: kawa Inka/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, wędlina krakowska/30g/, ser żółty/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Zupa wiosenna/200ml/, pierogi z serem i owocami z polewą owocową/180g/, sok naturalny/150ml/;**

**PODWIECZOREK: kajzerka z masłem/40g/, pasta z fasoli/30g/, ogórek kiszony/20g/, herbata/150ml/, truskawki.**

**WTOREK 19.06**

**ŚNIADANIE: Lane kluski na mleku/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, polędwica sopocka/30g/, dżem truskawkowy/30g/, napój miętowo-cytrynowy/150ml/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD:** **Krem z zielonego groszku/200ml/, kasza bulgur/100g/, kotlet pożarski/90g/, kapusta zasmażana/40g/, kompot wieloowocowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: pieczywo chrupkie/30g/, sałatka z tuńczyka z warzywami/30g/, herbata/150ml/, banan.**

**ŚRODA 20.06**

**ŚNIADANIE: kakao/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, pasta mięsna ze szczypiorkiem/30g/, powidła śliwkowe/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Zupa jarzynowa/200ml/, kopytka100g/, gulasz drobiowo-wieprzowy/180g/, surówka z ogórka i papryki/40g/, fasolka szparagowa z masłem/40g/, kompot malinowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: jogurt owocowy z płatkami jaglanym i musem owocowym/40g/, ciasteczka kruche/30g/, herbatka miętowa**

**CZWARTEK 21.06**

**ŚNIADANIE: Płatki kukurydziane na mleku/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, wędlina drobiowa/30g/, miód/30g/, napój owocowy/150ml/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Rosół/200ml/, ziemniaki/100g/, pieczeń wieprzowa w sosie własnym/90g/, pomidor z cebulką/30g/, , kompot wieloowocowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: racuchy drożdżowe/40g/ mleko/150ml/, jabłko.**

**PIĄTEK 22.06**

**ŚNIADANIE: Herbata z cytryną/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, mix wędlin/30g/, pasta jajeczna ze szczypiorkiem/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Zupa wiśniowa/200ml/, ziemniaki/100g/, ryba pieczona z warzywami i masełkiem/100g/, sałata z jogurtem/30g/; lemoniada /150ml/**

**PODWIECZOREK: chałka z masłem i dżemem /70g/, herbatka miętowa /150ml/, mix owoców.**

**Dzieci mają stały dostęp do wody „ŻYWIEC”, po śniadaniu otrzymują owoce surowe lub suszone.**

 **\*(mix świeżych warzyw: papryka, ogórek świeży, pomidor, rzodkiewka, sałata, ogórek kiszony)**

*Zastrzegamy prawo do zmian w jadłospisie*

 **Jadłospis**

**PONIEDZIAŁEK 25.06**

**ŚNIADANIE: kawa Inka/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, szynka konserwowa/30g/, dżem truskawkowy/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: zupa pomidorowa z ryżem /200ml/, makaron z białym serem, śmietaną i jagodami /180g/, sok naturalny/150ml/;**

**PODWIECZOREK: Pieczywo razowe/40g/, masło/5g/, pasztet drobiowy/30g/, ogórek kiszony/20g/, herbata z cytryną/150ml/, truskawki.**

**WTOREK 26.06**

**ŚNIADANIE: Płatki jęczmienne na mleku/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, wędlina drobiowa/30g/, ser żółty/30g/, napój cytrynowy/150ml/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD:** **Zupa dyniowa/200ml/, ziemniaki/100g/, stek z cebulką/90g/, gotowana marchewka z groszkiem/40g/, ogórek z cebulką i papryką /30g/, kompot wiśniowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: bułka z ziarnami/30g/, pasta z sera białego i szpinaku /30zł/, herbata/150ml/, banan.**

**ŚRODA 27.06**

**ŚNIADANIE: kakao/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, wędlina mieszana/30g/, twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem /30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Żurek z jajkiem/200ml/, kasza jaglana/100g/, medaliony duszone z pieczarkami/180g/, surówka Colesław/40g/, kompot malinowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: jogurt owocowy/40g/, ciasteczka kruche/30g/, sok naturalny/150ml/.**

**CZWARTEK 28.06**

**ŚNIADANIE: Bawarka/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, pasta rybna ze szczypiorkiem/30g/, wędlina drobiowa/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Zupa koperkowa/200ml/, pęczak/100g/, pulpecik w sosie pomidorowym/90g/, mizeria z koprem/30g/, kompot wieloowocowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: budyń czekoladowy/40g/ ciasteczka/30ml/, soczek /120ml/, jabłko.**

**PIĄTEK 29.06**

**ŚNIADANIE: Herbata z cytryną/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, parówka Berlinka/30g/, ketchup/5g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Zupa ogórkowa /200ml/, ziemniaki/100g/, ryba smażona/90g/, surówka z kapusty kiszonej jabłkiem /30g/, kompot truskawkowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: biszkopt z owocami/50g/, mleko/150ml/, mix owoców.**

**Dzieci mają stały dostęp do wody „ŻYWIEC”, po śniadaniu otrzymują owoce surowe lub suszone.**

 **\*(mix świeżych warzyw: papryka, ogórek świeży, pomidor, rzodkiewka, sałata, ogórek kiszony)**

*Zastrzegamy prawo do zmian w jadłospisie*