**JADŁOSPIS**

**PONIEDZIAŁEK 04.02**

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

**OBIAD: zupa pomidorowa z ryżem/200ml/, makaron z serem i truskawkami /200g/, kompot malinowy/150ml;/**

**PODWIECZOREK: bułka szpinakowa z masłem/40g/, wędlina drobiowa/20g/, herbata/150ml/, banan.**

**WTOREK 05.02**

**ŚNIADANIE: płatki ryżowe /200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, szynka drobiowa/40g/, dżem/10g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD:** **zupa serowa /200ml/, kasza bulgur/100g/, pierś drobiowa w sosie maślanym/90g/, sałata z jogurtem naturalnym/30g/, sok naturalny/150ml/;**

**PODWIECZOREK: pieczywo chrupkie/35g/, sałatka z tuńczyka/40g/, soczek/200ml/, gruszka.**

**ŚRODA 06.02**

**ŚNIADANIE: kawa Inka/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, polędwica sopocka/30g/, serek ze szczypiorkiem/30g/, mix świeżych warzyw/60g/, napój/150ml/;**

**OBIAD: krupnik/200ml/, polenta kukurydziana/100g/, kotlet z indyka /90g/, bukiet warzyw z masłem/30g/, kompot śliwkowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: kasza jaglana na mleku z musem malinowym/150ml/, winogrona.**

**CZWARTEK 07.02**

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

**OBIAD:** **kapuśniak /200ml/, ziemniaki/100g/, bitki wołowe /120g/, surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem i cebulką /30g/,**

**PODWIECZOREK: bułka maślana z masłem/30g/, powidła śliwkowe/20g/, mus owocowy/100g/, jabłko**

**PIĄTEK 08.02**

**ŚNIADANIE: bawarka/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, pasta jajeczna/30g/, mix wędlin/30g/, mix świeżych warzyw/60g/.**

**OBIAD:** **zupa cukiniowa z kaszą jaglaną/200ml/, ryba w sobie ziołowo jogurtowym/120g/, ryż/100g/, surówka z kapusty pekińskiej i ananasa/60g/, kompot owocowy/150ml/.**

**PODWIECZOREK: zapiekanki z serem i pieczarkami /40g/, napój owocowy/100g/, 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 11.02**

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

**OBIAD: zupa kapuśniak/200ml/, naleśniki szpinakowe z serwem i słodką śmietanką/200g/,  
sok naturalny/150ml/;**

**PODWIECZOREK: bułka dyniowa/30g/, masło/3g/, pasztet/30g/, rzodkiewka, herbata owocowa/150ml/, mandarynka.**

**WTOREK 12.02**

**ŚNIADANIE: płatki owsiane na mleku/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, pasta mięsna /30g/, dżem /30g/, napój owocowy/150ml/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD:** **rosół/200ml/, ziemniaki/100g/, pieczone bioderka z kurczaka/70g/, mizeria/60g/, kompot owocowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: kisiel /150ml/, pieczywo chrupkie/40g/, powidła śliwkowe/20g/, banan.**

**ŚRODA 13.02**

**ŚNIADANIE: kawa zbożowa/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, mielonka staropolska/40g/, pasta z fasoli z natką/20g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: zupa jarzynowa/200ml/, kasza gryczana/80g/, pulpet w sosie pieczarkowym/90g/, surówka z ogórka kiszonego/60g/, kompot owocowy/150ml;/**

**PODWIECZOREK: drożdżówka/40g/, mleko/150ml/, gruszka.**

**CZWARTEK 14.02**

**ŚNIADANIE:**  **kasza manna na mleku/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, wędlina drobiowa/30g/, miód/30g/, mix świeżych warzyw/60g/, woda z owocami/150ml/;**

**OBIAD: czerwony barszcz/200ml/, ziemniaki/100g/, kotlet jajeczny/120g/, ogórek kiszony  
z cebulką/60g/, kompot owocowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: mus owocowy/100g/, bułka maślana/40g/, jabłko.**

**PIĄTEK 15.02**

**ŚNIADANIE: kluski lane na mleku/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, pasta rybno-jajeczna/30g/, mix wędlin/30g/, mix świeżych warzyw/60g/.**

**OBIAD:** **zupa pomidorowa z makaronem/200ml/, potrawka z kurczaka/120g/, ryż/100g/, surówka z kapusty pekińskiej i ananasa/60g/, kompot owocowy/150ml/.**

**PODWIECZOREK: ciasto domowe – sernik /40g/, napój owocowy/100g/, 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, marchewka, ogórek kiszony.**

*Zastrzegamy prawo do zmian w jadłospisie*

****

**Jadłospis**

**PONIEDZIAŁEK 18.02**

**ŚNIADANIE: kawa zbożowa/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, mix wędlin/30g/,**

**OBIAD: zupa grochowa z kiełbasą/200ml/, pierogi z serem i owocami z polewą jogurtową/200g/,  
sok naturalny/150ml/;**

**PODWIECZOREK: pieczywo jasne/30g/, masło/3g/, wędlina krakowska/30g/, ogórek świeży, herbata owocowa z pigwy z miodem/200ml/, mandarynka.**

**WTOREK 19.02**

**ŚNIADANIE: makaron na mleku/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, baleron odtłuszczony /30g/, dżem jagodowy/10g/, napój cytrynowy/150ml/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD:** **zupa rosolniczek z koprem/200ml/, ziemniaki gotowane/100g/, kotlet mielony/ 90g/, marchew z groszkiem/60g/, kompot wiśniowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: smoothie malinowo jaglane/50g/, ciasteczka zbożowe /90g/, banan.**

**ŚRODA 20.02**

**ŚNIADANIE: kakao/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, schab pieczony/60g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: zupa szczawiowa z jajkiem/200ml/, kasza jęczmienna/50g/, gulasz drobiowy z warzywami/60g/, surówka colesław/60g/, kompot truskawkowy/150ml;/**

**PODWIECZOREK: kasza kukurydziana/180g/, mus owocowy/30g/**

**CZWARTEK 21.02**

**ŚNIADANIE: płatki kukurydziane z mlekiem /200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/,   
wędlina drobiowa/30g/, serek z owocami/30g/, mix świeżych warzyw/60g/, mięta z cytryną/150ml/;**

**OBIAD: zupa ryżanka/200ml/, ziemniaki/100g/, pieczeń w sosie chrzanowym /90g/, surówka z buraków   
i jabłka/60g/, kompot wieloowocowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: warkocz drożdżowy/50g/, mleko/150ml/, owoc.**

**PIĄTEK 22.02**

**ŚNIADANIE:**  **herbata z cytryną/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, pasta rybna ze szczypiorkiem/40g/, szynka domowa /30g/, powidła śliwkowe/20g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: zupa dyniowa /200ml/, ryż/100g/, pierś w sosie maślano - cytrynowym/110g/, sałata z sosem vinegret/30g/, kompot śliwkowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: ciasto domowe /90g/, soczek/100g/, owoce suszone.**

**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 jadłospisi*

****

**Jadłospis**

**PONIEDZIAŁEK 25.02**

**ŚNIADANIE: kawa inka/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, wędlina mieszana/30g/, dżem jagodowy/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: zupa pieczarkowa/200ml/, leniwe z masłem/200g/, kompot wieloowocowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: bułka wieloziarnista/40g/, masło/3g/, wędlina żywiecka/40g/, ogórek świeży, herbata za miodem/ 200ml/, jabłko.**

**WTOREK 26.02**

**ŚNIADANIE: płatki owsiane na mleku/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, szynka domowa/30g/, powidła /30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: zupa krupnik z koprem /200ml/, ziemniaki/100g/, bioderka pieczone/70g/, mizeria/30g/, kompot truskawkowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: kisiel cytrynowy/150ml/, bułeczki maślane/40g/, banan.**

**ŚRODA 27.03**

**ŚNIADANIE: kakao/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, indyk faszerowany /30g/, ser żółty/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: zupa ogórkowa/200ml/, kasza gryczana /100g/, pieczeń w sosie pomidorowym/90g/, fasolka szparagowa sok naturalny/150ml/;**

**PODWIECZOREK: chałka/40g/, miód/30g/, mleka/150ml/.**

**CZWARTEK 28.03**

**ŚNIADANIE: płatki ryżowe na mleku /150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, mix wędlin/30g/, pasta jajeczna /30g/, mix świeżych warzyw/60g/; czystek z miodem /200ml/**

**OBIAD: zupa kalafiorowa /200ml/, mięso w warzywach z ziemniakami – ‘węgierski kociołek’ /190g/, surówka z marchewki i jabłka/30g/, kompot malinowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: jogurt owocowy z płatkami jaglanymi/150ml/, biszkopty, pomarańcza.**

**PIĄTEK 01.03**

**ŚNIADANIE: herbatka ziołowa/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, pasta z tuńczyka ze szczypiorkiem /40g/, mix wędlin /50g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD:** **zupa ziemniaczana /200ml/, zapiekanka makaronowa z mięsem /190g/, surówka z kiszonym ogórkiem/30g/, kompot owocowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: drożdżówka z serem 40g/, soczek /200ml/, winogrona.**

**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*