[](https://www.google.pl/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwjwsY7ixdjTAhXEOxQKHUADAU0QjRwIBw&url=http://www.ihouse.pl/news/detal/wiosenne-kwiaty-w-mieszkaniu-jak-przedluzyc-ich-trwalosc/261/3&psig=AFQjCNGv5A59BAcV3IZB7jHnjP0-rVesNg&ust=1494066451014091)

**Jadłospis**

**J**

**PONIEDZIAŁEK 06.05**

**ŚNIADANIE: kawa Inka/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, miód /20g/, polędwica sopocka/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Barszcz biały /200ml/, ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem /180g/, napój miętowy/150ml;/**

**PODWIECZOREK: kajzerka/40g/, masło/3g/, pomidor/20g/, herbata owocowa/150ml/, pomarańcza.**

**WTOREK 07.05**

**ŚNIADANIE: Zacierki na mleku/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, kaczka faszerowana/30g/, dżem/30g/, napój owocowy/150ml/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD:** **zupa cebulowa z grzankami/200ml/, kasza Pęczak/100g/, indyk w ziołach zapiekany z serem/90g/, sałata z sosem vinegrette/30g/, kompot owocowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: mus z kaszy jaglanej z bananami /150ml/, herbata z cytryną i miodem**

**ŚRODA 08.05**

**ŚNIADANIE: kakao/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, parówka z szynki z ketchupem/60g/, dżem pomarańczowy/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Barszcz ukraiński/200ml/, ziemniaki/100g/, klopsik drobiowy w sosie pomidorowym/120g/, /150ml/, surówka z kapusty /40g/;**

**PODWIECZOREK: pieczywo razowe/40g/, pasta z sera białego z czosnkiem i bazylią /30g/, ogórek/30g/, herbata/150ml/, jabłko.**

**CZWARTEK 09.05**

**ŚNIADANIE: płatki kukurydziane na mleku/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, baleron odtłuszczony/30g/, serek z truskawką/30g/, napój owocowy/150ml/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD:** **zupa krem z cukinii /200ml/, ziemniaki/100g/, schab duszony z pieczarkami/90g/, marchewka   
z porem/30g/, kompot jeżynowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: koktajl malinowy z płatkami owsianymi /150ml/, ciasteczka kruche, winogrona.**

**PIĄTEK 10.05**

**ŚNIADANIE: bawarka/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, wędlina krakowska/30g/, pasta z jajkiem   
i ze szczypiorkiem/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Zupa brokułowa/200ml/, ryż/100g/, filet z miruny /80g/, surówka Colesław/30g/, kompot śliwkowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: warkocz drożdżowy 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*

 **Jadłospis**

**PONIEDZIAŁEK 13.05**

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

**OBIAD: Kapuśniak/200ml/, makaron z truskawkami i śmietaną /200 g/, kompot jabłkowy /150ml;/**

**PODWIECZOREK: pieczywo ciemne/40g/, polędwica sopocka /150ml/, masło/5g/, winogrona.**

**WTOREK 14.05**

**ŚNIADANIE: Płatki owsiane na mleku/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, schab pieczony/30g/, ser żółty/30g/, napój z miętą i cytryną/150ml/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD:** Z**upa ogórkowa/200ml/, ziemniaki/100g/, kotlet mielony/90g/, marchewka z groszkiem/40g/,   
sok naturalny/150ml/;**

**PODWIECZOREK: jabłko pieczone z cynamonem/40g/, pieczywo chrupkie/30g/, herbata lipowa/150ml/, winogrona.**

**ŚRODA 15.05**

**ŚNIADANIE: kakao/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, pasta z łososia/30g/, pierś drobiowa/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Zupa grochowa z kiełbasą/200ml/, kopytka z gulaszem drobiowym, /180g/, sok naturalny/150ml/;**

**PODWIECZOREK: bułeczka z ziarnami/40g/, pasztet domowy/30g/, ogórek kiszony/30g/, herbata z cytryną/150ml/, gruszka.**

**CZWARTEK 16.05**

**ŚNIADANIE: lane kluski na mleku/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, szynka swojska/30g/, miód/30g/, napój owocowy/150ml/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD:** **rosół /200ml/, ziemniaki/100g/, kaszotto z warzywami i kurczakiem90g/, pomidor z cebulką/30g/, kompot truskawkowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: koktajl truskawkowo – szpinakowy /200g/, wafle kukurydziane /30g/, woda z cytryną i miętą.**

**PIĄTEK 17.05**

**ŚNIADANIE: herbata z cytryną/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, wędlina drobiowa/30g/, powidła śliwkowe/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Zupa szczawiowa z jajkiem/200ml/, ryż/100g/, ryba w sosie śmietanowym z koperkiem/80g/, surówka z marchewki i jabłka/30g/, kompot jeżynowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: pasta z brokułów i sera białego /40g/, pieczywo ciemne /90g/, czystek z miodem /100ml/, owoc**

**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 20.05**

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

**OBIAD: Zupa jarzynowa/200ml/, leniwe z kleksem serka waniliowego/180g/, kompot jabłkowy/150ml;/**

**PODWIECZOREK: pieczywo razowe/40g/, masło/30g/, wędlina krakowska/30g/, pomidor/30g/, herbata   
z cytryną/150ml/, winogrona.**

**.**

**WTOREK 21.05**

**ŚNIADANIE: Płatki jaglane na mleku/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, polędwica sopocka/30g/, dżem malinowy /30g/, napój z miętą i cytryną/150ml/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD:** **Zupa pomidorowa z ryżem /200ml/, ziemniaki/100g/, pieczeń rzymska /90g/, fasolka szparagowa z masłem/30g/, kompot wieloowocowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: racuchy z jabłkami /30g/, mleko /150ml/, owoc.**

**ŚRODA 22.05**

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

**OBIAD: Zupa koperkowa/200ml/, kasza bulgur /90g/ , medaliony z indyka w sosie śmietanowo-maślanym /120/g, surówka z marchewki z jabłkiem /30g/, sok naturalny/150ml/;**

**PODWIECZOREK: Chałka z masłem/40g/, mleko czekoladowe/150ml/, gruszka**

**CZWARTEK 23.05**

**ŚNIADANIE: Płatki kukurydziane na mleku/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, pasta rybna ze szczypiorkiem/30g/, szynka swojska/30g/, napój miętowy/150ml/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD:** **Zupa pieczarkowa z makaronem/200ml/, ziemniaki/100g/, pierś z indyka w sosie cytrynowym/90g/, mizeria z koprem/30g/, kompot wiśniowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: pieczywo chrupkie/40g/, pasta z fasoli/30g/, herbata/150ml/, owoc.**

**PIĄTEK 24.05**

**ŚNIADANIE: Bawarka/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, mix wędlin/30g/, dżem brzoskwiniowy/30g/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Krem z zielonego groszku/200ml/, frytki /100g/, kotlet rybny /80g/, surówka z ogórka, papryki  
i cebulki/30g/, mix gotowanych warzyw/30g/, kompot wieloowocowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: Strucla serowa/30g/, soczek/200ml/, 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*

[](https://www.google.pl/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwixjuWX0oPUAhXCxRQKHY2ICCIQjRwIBw&url=http://www.savethemagicmoments.pl/2015/03/za-co-kocham-wiosne.html&psig=AFQjCNE42Er9_kMEpekFy03tTCor91fYFg&ust=1495547110184305)

**Jadłospis**

**PONIEDZIAŁEK 27.05**

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

**OBIAD: Zupa grochowa/200ml/, naleśniki szpinakowe ze słodkim serkiem /190g/, naturalny sok tłoczony/150ml;/**

**PODWIECZOREK: kajzerka/40g/, masło/3g/, pasztet domowy/20g/, herbata z cytryną /150ml/, jabłko.**

**WTOREK 28.05**

**ŚNIADANIE: Kasza manna na mleku/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, Pieczeń rzymska/30g/, dżem pomarańczowy/30g/, napój owocowy/150ml/, mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD:** **zupa krem z dyni z pestkami/200ml/, ziemniaki/100g/, kotlet schabowy/90g/, buraki zasmażane/40g/, kompot malinowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: kisiel żurawinowy/150ml/, rwaniec cynamonowy/30g/, banan.**

**ŚRODA 29.05**

**ŚNIADANIE: Kakao/150ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, wędlina żywiecka/30g/, mix świeżych warzyw/60g/; serek z rzodkiewką /50g/**

**OBIAD: Zupa owocowa/200ml/, pieczone ziemniaczki /80g/, pierś z kurczaka w sosie jogurtowym   
z tymiankiem /120g/, ogórek kiszony, sok naturalny/150ml/;**

**PODWIECZOREK: pieczywo razowe/40g/, masło/5g/, wędlina szynkowa/30g/, pomidor/30g/, herbata/150ml/, owoc.**

**Czwartek 30.06**

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

**OBIAD: Rosół z makaronem/200ml/, kasza /100g/, sztuka mięsa w sosie chrzanowym /90g/, mizeria ze śmietaną/30g/, kompot jeżynowy/150ml/;**

**PODWIECZOREK: jogurt z płatkami jaglanymi i musem owocowym/150ml/, ciasteczka owsiane/40g/, winogrona.**

**Piątek 31.06**

**ŚNIADANIE: bawarka/200ml/, pieczywo mieszane/60g/, masło/5g/, mix wędlin/30g/, ser żółty/30g/,   
mix świeżych warzyw/60g/;**

**OBIAD: Zupa zacierkowa/200ml/, ryż /100g/, miruna w cieście naleśnikowym /90g/, surówka z kiszonej kapusty/30g/, kompot jeżynowy/150ml/;   
PODWIECZOREK: ciasto domowe /100g/, mleko /150ml/, 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*