JADŁOSPIS
MIESIĄC MAJ
19.05-23.05.2025 r.

●PONIEDZIAŁEK 19.05.2025 r.

ŚNIADANIE płatki kukurydziane 17 g z mlekiem 2% 153 g, kanapka z chleba pszennego szynką z indyka 34 g, ser gouda tłusty 20g, pasta sardynkowo-pomidorowa 20 g, chleb pełnoziarnisty z żyta 15 g, masło ekstra 4 g, pomidor 30 g, sałata 20 g, ogórek 30 g, herbata czarna z miodem wielokwiatowym nektarowym 230 ml
II ŚNIADANIE owoce i warzywa do wyboru -jabłka 50 g, banan 50 g, marchew 100 g
OBIAD
I danie: zupa krem z brokuł z ziemniakami 150 g,
II danie: makaron penne z sosem szpinakowo-śmietanowym 130 g, kompot jabłkowo-rabarbarowy 230 ml
PODWIECZOREK babeczka drożdżowa z burakiem 70 g, woda z cytryną 230 ml
Woda dostępna dla dzieci bez ograniczeń w każdej z sal.
Alergeny: 1,3,7

●WTOREK 20.05.2025 r.

ŚNIADANIE płatki owsiane 17 g z bakaliami 4 g (nasiona słonecznika, śliwki suszone, suszone morele, rodzynki) i mlekiem 2% 152 g, chleb pełnoziarnisty z żyta z masłem 20 g, chleb pszenno-żytni jasny rodzynkowy z masłem 17 g, jajecznica ze szczypiorkiem 61 g, sałata 10g, ogórek kiszony 10g, kawa zbożowa z mlekiem 85 ml, mleko krowie 2% tłuszczu 180 ml, herbata lipowa 230 ml
II ŚNIADANIE owoce i warzywa do wyboru - arbuz 50 g, jabłka 50 g, marchew 100 g
OBIAD
I danie: zupa marchwianka z ziemniakami 150 ml
II danie: mięso z ud kurczaka bez skóry 100g , ziemniaki z sosem pieczeniowym 220 g, surówka z selera z jogurtem naturalnym i rodzynkami 50 g, kompot jabłkowy 230 ml
PODWIECZOREK koktajl wiśniowo-bananowy na jogurcie naturalnym 160 ml, bezglutenowe talarki kukurydziane z czarnuszką 20 g
Woda dostępna dla dzieci bez ograniczeń w każdej z sal.
Alergeny: 1,3,7

●ŚRODA 21.05.2025 r.

ŚNIADANIE płatki ryżowe na mleku 15 g z bakaliami 4 g (słonecznik, rodzynki, śliwki suszone, morele suszone) z mlekiem 2% 200 g, chleb pełnoziarnisty z żyta 15 g, kanapka z chleba pszenno-żytniego z twarogiem półtłustym i rzodkiewką 43 g, ser ementaler pełnotłusty 20 g, polędwica sopocka 20 g, rzodkiewka 10g, pomidor 10g, sałata 10g, herbata lipowa 234 ml

II ŚNIADANIE owoce i warzywa do wyboru -jabłka 50 g, banan 50 g, marchew 100 g
OBIAD
I danie: rosół z makaronem jajecznym 175 g
II danie: gołąbki drobiowo-warzywne bez zawijania w sosie pomidorowym 70 g, ziemniaki z masłem i koperkiem 80 g, sałata lodowa z pomidorami koktajlowymi w sosie ziołowym 82 g, woda z cytryną i miętą 230 ml
PODWIECZOREK budyń waniliowy z sosem malinowym 180 g, woda z pomarańczą 230 ml
Woda dostępna dla dzieci bez ograniczeń w każdej z sal.
Alergeny: 1,3,7

●CZWARTEK 22.05.2025 r.

ŚNIADANIE chleb pełnoziarnisty z żyta 20 g, chleb pszenno-żytni jasny z rodzynkami 20 g z masłem 4 g, sałatka z tuńczyka z czerwonej fasoli sera żółtego i jaja 45 g, krakowska sucha 20g, serek twarogowy homogenizowany pełnotłusty 15 g, pomidor 10 g, ogórek 10 g, sałata 10 g, kakao ciemne z mlekiem 2% 230 ml, mleko 2% 230 ml, herbata rumiankowa 230 ml
II ŚNIADANIE owoce i warzywa do wyboru -jabłka 50 g, marchew 100 g, banan 50 g
OBIAD
I danie: zupa botwinkowa z ziemniakami 250 g
II danie: ryż naturalny brązowy z warzywami (cukinia, marchew, seler, czerwona papryka) i z kurczakiem 175 g, sałatka z ogórków konserwowanych po kaszubsku (ogórki, papryka, cebula) 50 g, kompot gruszkowy 230 ml
PODWIECZOREK jogurtowiec z kolorowymi galaretkami i mandarynką 140 g, herbata malinowa 230 ml
Woda dostępna dla dzieci bez ograniczeń w każdej z sal.
Alergeny: 1,2,3,7

●PIĄTEK 23.05.2025 r. wyjazd do Polskiej Filharmonii Bałtyckiej grup Słoneczka, Promyczki, Obłoczki, Iskierki i Serafinki

ŚNIADANIE płatki owsiane 17 g z bakaliami 4 g (nasiona słonecznika, śliwki suszone, suszone morele, rodzynki) i mlekiem 2% 152 g, chleb pełnoziarnisty z żyta 15 g, chleb pszenno-żytni jasny rodzynkowy 15 g z masłem 2g, twarożek ze śmietaną 12% ze szczypiorkiem i rzodkiewką 22 g, jajo gotowane 10 g, szynka delikatesowa z kurczaka 20g, sałata 10g, ogórek 10g, herbata owocowa 230 ml
II ŚNIADANIE owoce i warzywa do wyboru -jabłka 100 g, arbuz 100 g, marchew 100 g
II ŚNIADANIE dla dzieci wyjeżdżających do filharmonii: suszone 100 % cząstki jabłek 12 g, baton z orzechów ziemnych z migdałami, orzechami włoskimi i miodem 35 g, woda niegazowana 500 ml
OBIAD
I danie: zupa ziemniaczana z wkładką mięsną 300 g
II danie: pierogi z truskawkami ze śmietaną 330 g, pierogi ruskie z omastą ze śmietaną 230 g, woda z pomarańczą 230 ml
PODWIECZOREK sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 100 % 230 ml, chrupki kukurydziane bezglutenowe 30 g
Woda dostępna dla dzieci bez ograniczeń w każdej z sal.
Alergeny: 1,3,7