

JADŁOSPIS (Lato-urz.UM) od 03-07-2017 do 14-07-2017 Dyrektor zastrzega możliwość wprowadzenia zmian. \*Pieczywo i jego skład wraz z alergenami wywieszono jest na tablicy ogłoszeń.

\*ALERGENY występujące w posiłkach zaznaczono zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011

03-07-2017	Chleb graham z pastą z ciecierzycy dodatkiem oleju lnianego, papryka Na deser jabłko. Do picia szklanka herbaty ziołowo-owocowej słodzona stewią.	Kasza manna na mleku z morelą. Do picia woda.	Zupa kalafiorowa z kaszą pęczak (jęczmień, seler)	Makaron (z pszenicy durum) z warzywami i tuńczykiem. Na deser nektarynka. Do picia szklanka wody mineralnej.
04-07-2017 wt	Kanapki z chleba żytniego razowego z masłem oraz: z szynką i warzywami (sałata, pomidor, ogórek zielony); z dżemem z daktyli (wyrób własny). Do picia herbata.	Budyń waniliowy (mleko, mąka pszenna) – wyrób własny – z dodatkiem naturalnej laski wanilii. Kalarepka do chrupania.	Zupa pomidorowa z ryżem (seler) zabieleną jogurtem.	Pieczone ziemniaki z warzywami (seler, marchewka, kalafior, brokuły, cebulka) z jajkiem i serem żółtym. Do picia napój miętowo-cytrynowy.
05-07-2017 śr	Owsianka (owies) na mleku z makiem, rodzynkami i bananem. Chleb z masłem, sałata, papryka.	Bułka (pszenica) z pastą z zielonego groszku – wyrób własny. Kakao na mleku do picia.	Krupnik z kaszą jaglaną i z ziemniakami (seler)	Kasza gryczana z potrawką z cielęciny (seler) z surówką z kwaszonej kapusty z dodatkiem owoców goji. Na deser truskawka. Do picia szklanka wody mineralnej.
06-07-2017 czw	Salatka jarzynowa ze śledziem w oleju z chlebem graham (pszenica). Do picia szklanka herbaty miętowej słodzonej lukrecją.	Ryż z jabłkami (mleko), cynamonem, makiem i jogurtem greckim.	Zupa minestrone z kaszą jęczmienną (seler)	Gotowane ziemniaki z pulpetem z mięsa mieszanego (z jajkiem, z bułką pszenną) i fasolką szparagową Do picia kefir naturalny słodzony syropem z agawy Na deser śliwki.
07-07-2017 Pt.	Płatki żytnie na mleku z borówkami. Chleb z masłem, pomidor, szczypiorek. Do picia herbata.	Salatka owocowa (banan, truskawki, nektarynki) z jogurtem (mleko) robiona przez dzieci.	Zupa ziemniaczana z dodatkiem alg morskich (seler)	Gotowany ryż mix (paraboliczny+dziki) z pieczonym dorszem. Brokuły gotowane na parze posypane solą sezamową. Do picia szklanka wody mineralnej.
10-07-2017 pn	Kasza jaglana na mleku z rodzynkami i orzechami. Wafel ryżowy, papryka, seler naciowy do chrupania. Na deser nektarynka. Do picia szklanka herbaty.	Chleb pełnoziarnisty z orkiszem z szynką z piersi kurczaka i z warzywami (sałata, pomidor, kwaszony ogórek), z masłem. Do picia bawarka na mleku.	Zupa z fasolki szparagowej (seler) z kaszą quinoa i pęczakiem.	Zapiekane ziemniaki z warzywami (seler, marchewka, cukinia, cebulka) i jajkiem. Surówka z marchwi, jabłka i chrzanu, z dodatkiem pestek słonecznika i czarnuszki. Do picia kompot wieloowocowy.
11-07-2017 wt	Kanapki z chleba żytniego razowego z pastą z Piklinga (majonez-jajko, jogurt grecki-mleko) z warzywami (kolorowa papryka, rzodkiewka, natka pietruszki). Do picia szklanka herbaty ziołowej.	Jogurt z dodatkiem moreli – wyrób własny.	Barszcz czerwony z ziemniakami (seler)	Kasza jęczmienna pęczak z bitkami wieprzowymi (mąka pszenna) i duszonymi warzywami. Do picia maślanka owocowa – wyrób własny.
12-07-2017 śrątek	Płatki jęczmienne z truskawkami (mleko). Chleb z sezamem z masłem i warzywami mix. Do picia szklanka herbaty.	Chleb żytni z dżemem brzoskwiniowym (wyrób własny). Maślanka do picia. (mleko)	Zupa jarzynowa z dodatkiem bobu i makaronu orkiszowego (seler)	Gotowane ziemniaki z pieczonym schabem. Surówka z białej kapusty, marchwi i jabłka. Na deser arbuz. Do picia szklanka herbaty.
13-07-2017 czw	Chleb żytni, szynka drobiowa, papryka, szczypiorek. Na deser brzoskwinia. Do picia szklanka herbaty słodzona stewią.	Jogurt z borówkami (wyrób własny) słodzony syropem z agawy.	Zupa ogórkowa (seler) i ziemniakami.	Risotto z duszonymi warzywami i pieczarkami. Do picia mleczny koktajl owocowy – wyrób własny.
14-07-2017 pt	Kanapki z chleba wiejskiego (pszenica) oraz chleba żytniego razowego: z humusem, pomidor, szczypiorek. Herbata ziołowa.	Koktajl z kefiru (z mleka) i moreli – wyrób własny	Zupa krem z brokułami (seler) i duszonymi warzywami z grzankami ziołowymi (pszenica) – wyrób własny.	Łazanki (pszenica)- makaron z mięsem, warzywami i młodą kapustą. Na deser arbuz. Do picia herbata miętowo-cytrynowa.

