**Jadłospis**

**07.06.2021r.**

**Śniadanie:** chleb wiejski(50g)(1), chleb żytni(50g)(1), szynka wieprzowa(20g), ser biały półtłusty(30g)(7), masło wiejskie 82%(20g)(7), bukiet warzyw: sałata lodowa(20g), pomidor(30g), papryka czerwona(30g), kakao z mlekiem(200g)(7)

**Zupa: z czerwonej soczewicy**( mięso drobiowe(20g), ziemniaki(30g), marchew(20g), pietruszka korzeń(15g), czerwona soczewica(20g), por(5g), sól morska, pieprz czarny(1,3,5,6,7,8,9,11), pietruszka nać, majeranek), chleb razowy(50g)

**II danie: leczo warzywne:** (cukinia(50g), pomidor(30g), papryka czerwona(20g), papryka żółta(20g), papryka zielona(20g), sól morska, pieprz czarny(1,3,5,6,7,8,9,11), liść laurowy(1,3,5,6,7,8,9,11), ziele angielskie(1,3,5,6,7,8,9,11), lubczyk(1,3,5,6,7,8,9,11)),**ryż** (ryż biały, sól morska),**ogórek kiszony** (ogórek kiszony)(100g)

**Kompot jabłkowo - brzoskwiniowy**(jabłko(20g), brzoskwinia(20g), miód naturalny(2,5g))

**Podwieczorek : banan(100g), maślanka(150g)(7)**

**08.06.2021r.**

**Śniadanie:** chleb wiejski(50g)(1), chleb słonecznikowy(50g)(1), masło wiejskie 82%(20g)(7), polędwica z indyka(10g), ser żółty(40g)(7), pasta z białej fasoli(30g), bukiet warzyw: mix sałat(20g), ogórek(30g), rzodkiewka(20g), kawa zbożowa(1) z mlekiem(200g)(7)

**Zupa: krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym**( mięso drobiowe(10g), marchew(20g), por(5g), pietruszka korzeń(15g),ziemniaki(30g), kalafior(30g), kapusta biała(40g), groszek ptysiowy(30g), śmietana 12%(15g)(7), sól morska, pieprz czarny(1,3,5,6,7,8,9,11))

**II danie: kotlet mielony** ( szynka b/k(80g), jaja(15g)(3), bułka tarta(20g)(1), skrobia ziemniaczana(5g), czosnek(2g), cebula(10g), sól morska, pieprz czarny(1,3,5,6,7,8,9,11), olej rzepakowy(20g)),**ziemniaki** ( ziemniak(200g), sól morska),**surówka z buraków** ( burak czerwony(100g), cytryna(5g), cebula(10g), olej rzepakowy(10g), sól morska, pieprz czarny(1,3,5,6,7,8,9,11))

**Kompot śliwkowy** (śliwka węgierka(20g), miód naturalny)

**Podwieczorek : pomarańcza(100g), kefir(120g)(7)**

**09.06.2021r.**

**Śniadanie:** chleb wiejski(50g)(1), bułka wrocławska(30g)(1), płatki śniadaniowe orkiszowe(40g)(1), masło wiejskie 82%(20g)(7), miód naturalny(2,5g), truskawki(50g), mleko(200g)(7), herbata owocowa

**Zupa: kartoflana**( mięso drobiowe(10g), marchew(20g), pietruszka(15g), por(5g), seler naciowy(5g)(9), ziemniaki(30g), makaron z mąki pszennej(20g)(1), sól morska, pieprz czarny(1,3,5,6,7,8,9,11), liść laurowy(1,3,5,6,7,8,9,11), ziele angielskie(1,3,5,6,7,8,9,11)), chleb razowy(50g)(1)

**II danie: filet drobiowy duszony z porą**(filet drobiowy(80g), por(30g), olej rzepakowy(10g), tymianek, sól morska, pieprz czarny(1,3,5,6,7,8,9,11), liść laurowy(1,3,5,6,7,8,9,11), ziele angielskie(1,3,5,6,7,8,9,11)),**kasza jaglana**(kasza jaglana(50g)(1) , sól morska, masło wiejskie),**bukiet warzyw(**fasolka szparagowa zielona(50g), brokuł(50g))

**Kompot truskawkowy** (truskawka(20g), miód naturalny(2,5g))

**Podwieczorek:mus warzywny(130g), jogurt naturalny(150g)(7)**

**10.06.2021r.**

**Śniadanie:** chleb dyniowy(50g)(1), chleb wiejski(50g)(1), masło wiejskie 82%(20g)(7), twarożek ze śmietaną(40g)(7), jajko(30g)(3),szynka z pieca(10g),bukiet warzyw: sałata lodowa z zielonym groszkiem(30g), pomidor(30g), paprykazielona(30g), kakao z mlekiem(200g)(7)

**Zupa: krupnik z pęczakiem** ( mięso drobiowe(10g), kasza pęczak(20g)(1), marchew(20g), pietruszka korzeń(15g), por(5g), sól morska, pieprz czarny(1,3,5,6,7,8,9,11), liść laurowy(1,3,5,6,7,8,9,11), ziele angielskie(1,3,5,6,7,8,9,11), ziemniaki(30g)), chleb graham(50g)(1)

**II danie: gulasz z indyka**( filet z indyka(100g), cebula(20g), olej rzepakowy(10g), mąka pszenna(10g)(1), sól morska, pieprz czarny(1,3,5,6,7,8,9,11)),**makaron pełnoziarnisty**( makaron pełnoziarnisty(50g)(1), sól morska),**surówka z marchewki i chrzanu**(marchew(100g), chrzan(5g), jogurt naturalny(15g)(7), sól morska, pieprz czarny(1,3,5,6,7,8,9,11)), **cząstki pomidora**(pomidor(50g), sól morska)

**Kompot jabłkowy(**jabłko(20g), miód naturalny(2,5g) )

**Podwieczorek : napój mleczny z malinami(120g)(7), kiwi(80g)**

**11.06.2021r.**

**Śniadanie:** chleb pełnoziarnisty(50g)(1), chleb razowy(50g)(1) masło wiejskie 82%(20g)(7), , pasta twarogowa ze szczypiorem(50g)(7), szynka drobiowa(10g), bukiet warzyw: roszponka(20g), pomidor(30g), papryka czerwona(30g), kawa inka(1) z mlekiem(200g)(7)

**Zupa: barszcz czerwony zabielany z jajkiem**(mięso drobiowe(10g), burak czerwony(80g), jajko(60g)(3), marchew(20g), pietruszka korzeń(15g), por(5g), ziemniaki(30g), śmietana 12%(15g)(7), sól morska, pieprz czarny(1,3,5,6,7,8,9,11)), chleb graham(50g)(1)

**II danie: paluszki rybne**( paluszki rybne z mintaja(150g)(4), olej rzepakowy(20g)),**ziemniaki**( ziemniaki(200g), sól morska)**, groszek z marchewką na gęsto**( groszek zielony(50g), marchew(50g), masło wiejskie 82%(10g)(7), mąka pszenna(10g)(1), cytryna(5g), śmietana 12%(10g)(7), sól morska)

**Kompot wiśniowy** (wiśnie(20g), miód naturalny(2,5g) )

**Podwieczorek : gruszka(100g), jogurt naturalny(100g)(7)**