

# Klasy 0



## PONIEDZIAŁEK 30.09.2024

**ŚNIADANIE:** Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, polędwica sopocka 40g, pomidor 30g ( mleko, gluten)

**OBIAD:** Zupa z soczewicą 300ml ( wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, czerwona soczewica, kiełbasa, liść laurowy, ziele ang., pieprz, majeranek, natka), Kluski leniwe z masłem i bułką 250g ( mąka, jajko, ziemniaki, twaróg półtłusty, masło, bułka tarta ), Surówka z marchewki z jabłkiem 100g ( marchew, jabłko, sok z cytryny) Kompot owocowy 250ml ( mieszanka owocowa) ( seler, mleko, jajko, gluten )

**PODWIECZOREK:** Mus owocowy

## WTOREK 1.10.2024

**ŚNIADANIE:** Herbata z cytryną / kulki zbożowe na mleku 250ml, kanapka: pieczywo mieszane 15g z masłem 5g, serek kanapkowy 20g, ogórek zielony 20g ( mleko, gluten)

**OBIAD:** Zupa minestrone 300ml tradycyjna zupa włoska ( wywar drobiowy, cukinia, fasolka zielona, marchewka, groszek, szpinak, makaron zacierka, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, papryka, bazylia),



Minestrone - zupa na bazie warzyw, głównie cukinii, fasolki szparagowej, marchwi, zielonego groszku oraz szpinaku. Jest podawana na różne sposoby: z drobnym makaronem, ryżem, grzankami lub jako przecierka warzywna. Nazwa pochodzi od włoskiego słowa minestra (zupa).

Ziemniaki z koperkiem 200g,

Kurczaka pieczony 100g ( udo z kurczaka, olej rzepakowy, przyprawy),

Salata lodowa z ogórkiem i pomidorem z sosem winegret 100g ( sałata lodowa, ogórki, pomidory, musztarda, oliwa, sok z cytryny, pieprz),

Kompot owocowy 250ml ( mieszanka owocowa) (gluten, jajko)

**PODWIECZOREK:** Banan

### ŚRODA 2.10.2024

**ŚNIADANIE:** Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, ser żółty 40g, sałata 30g ( mleko, gluten)

**OBIAD:** Zupa brokułowa 300ml ( wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, brokuł, śmietana 18%, natka, liść laurowy, ziele ang., pieprz),

Kasza gryczana 200g,

Schab duszony w sosie ze śliwką 100g ( schab środkowy, śliwka suszona, mąka pszenna, olej rzepakowy, przyprawy),

Surówka z selera z jabłkiem i rodzynkami 100g,

Kompot jabłkowy 250ml ( jabłka) ( gluten, seler, mleko)

**PODWIECZOREK:** Baton wielozbożowy o smaku kakaowym

### CZWARTEK 3.10.2024

**ŚNIADANIE:** Herbata z cytryną 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, szynka 40g, papryka 30g ( mleko, gluten)

**OBIAD:** Kapuśniak 300ml ( wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, kapusta kiszona, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, majeranek, natka),

Makaron penne z kurczakiem i brokułami w sosie śmietanowym 300g ( makaron penne, filet z kurczaka, brokuły, śmietanka 30%, przyprawy)

Kompot truskawkowy 250ml ( truskawki) ( mleko, seler, jajko, gluten)

**PODWIECZOREK:** Jabłko

### PIĄTEK 5.10.2024

**ŚNIADANIE:** Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, pasta jajeczna ze szczypiorem 50g ( mleko, gluten, jajko)

**OBIAD:** Zupa pomidorowa z makaronem 300ml ( wywar drobiowy, włoszczyzna, przecier pomidorowy, makaron, śmietana 18%, liść laurowy, ziele ang., pieprz, natka),

Puree ziemniaczane 200g,

Paluszki rybne 100% filet 100g

Surówka z kapusty kiszonej 100g ( kapusta kiszona, marchew, jabłko, pieprz, oliwa),

Kompot owocowy 250ml ( mieszanka owocowa) ( gluten, seler, jajko, ryba)

**PODWIECZOREK:** Wafle kukurydziane o smaku pizzy

## PONIEDZIAŁEK 7.10.2024

**ŚNIADANIE:** Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, pasztet pieczony 40g, ogórek kiszony 30g ( mleko, gluten, jajko)

**OBIAD:** Zupa grochowa 300ml ( wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, groch łuskany, liść laurowy, ziele ang., pieprz, majeranek, natka),  
Makaron świder z musem truskawkowym, śmietaną i twarogiem 300g ( makaron, truskawki, twaróg półtłusty, śmietana 18%),  
Kompot owocowy 250ml ( mieszanka owocowa) ( seler, mleko , jajko, gluten)

**PODWIECZOREK:** Jabłko

## WTOREK 8.10.2024

**ŚNIADANIE:** Herbata z cytryną 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, szynka drobiowa 40g, papryka 30g ( mleko, gluten)

**OBIAD:** Zupa pieczarkowa z makaronem 300ml ( wywar drobiowy, włoszczyzna, pieczarki, makaron, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka ),  
Ziemniaki z koperkiem 200g,  
Kotlet schabowy 100g ( schab środkowy, bułka tarta, jajko, przyprawy, olej rzepakowy),  
Fasolka szparagowa 100g,  
Kompot truskawkowy 250ml ( truskawki) (seler, gluten, jajko, mleko)

**PODWIECZOREK:** Ciastka owsiane z żurawiną

## ŚRODA 9.10.2024

**ŚNIADANIE:** Herbata owocowa/ płatki kukurydziane na mleku 250ml, kanapka: chałka z masłem i dżemem niskosłodzonym ( mleko, gluten)

**OBIAD:** Zupa kalafiorowa 300ml ( wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, kalafior, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka),  
Ryż paraboliczny 200g,  
Kurczak w sosie słodko- kwaśnym z ananasem 150g ( filet z kurczaka, czerwona papryka, marchewka, ananas, imbir, czosnek, sok z cytryny, cukier trzcinowy, pieprz biały, olej rzepakowy, passata, szczypior),  
Kompot owocowy 250ml ( mieszanka owocowa) ( mleko, seler )

**PODWIECZOREK:** Banan

## CZWARTEK 10.10.2024

**ŚNIADANIE:** Herbata z cytryną/ Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, parówki gotowane 2szt, sos pomidorowy ( mleko, gluten)

**OBIAD:** Barszcz biały z jajkiem 300ml ( wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, zakwas, śmietana 18% , majeranek, natka, jajko, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie),  
Ziemniaki puree 200g,  
Gołąbki z mięsem i ryżem bez zawijania w sosie pomidorowym 150g ( łopatką wieprzowa, ryż, kapusta włoska, passata pomidorowa, mąka pszenna, koper),  
Kompot jabłkowy 250ml ( jabłka, cukier trzcinowy) ( gluten, seler, mleko, jajko)

**PODWIECZOREK:** Jogurt owocowy

## PIĄTEK 11.10.2024

**ŚNIADANIE:** Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, ser żółty 40g, ogórek zielony 30g ( mleko, gluten)

**OBIAD:** Krupnik jaglany 300ml ( wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, cebula, kasza jaglana, natka, liść laurowy, ziele ang., pieprz),  
Ziemniaki z koperkiem 200g,  
Filet z ryby panierowany 100g ( miruna, jajko, bułka tarta, pieprz cytrynowy, olej rzepakowy),  
Surówka z marchewki z porem 100g (marchewka, por, jabłko, majonez, pieprz),  
Herbata z miodem i cytryną 250ml ( czarna herbata, miód, cytryna)  
( gluten, seler, ryba, jajko)

**PODWIECZOREK:** Ciasto czekoladowe