

29.06 – 03.07.2026 r.



Poniedziałek

I śniadanie: Pieczywo pszenne i żytnie z masłem, sałata, kielbasa sucha krakowska, szynka wędzona, serek biały z ziołami, papryka kolorowa, ogórek kanapkowy, herbata z cytryną – **1,6,7,9**

II śniadanie: Chlebek z masłem, jajko gotowane, ogórek, herbata owocowa – **1,3,7**

Zdrowa przekąska: Warzywa lub owoce

Obiad: Domowy żurek na żytnim zakwasie z kielbaską i warzywami korzeniowymi, Grecka Kofta szaszłyk z szynki wieprzowej z pietruszką i czosnkiem w sosie własnym, gotowana kasza jęczmienna z ziołami i cebulką smażoną, surówka z białej kapusty z marchewką, pietruszką i kukurydzą – **1,3,7,9**

Wtorek

I śniadanie: Pieczywo pszenne i razowe z masłem, sałata, filet maślany z indyka w plastrach, szynka gotowana, ser topiony w plasterkach, pomidor, papryka, herbata – **1,6,7,9**

II śniadanie: Budyń waniliowy, borówka, woda - **7**

Zdrowa przekąska: Warzywa lub owoce

Obiad: Zupa kalafiorowa z warzywami korzeniowymi i świeżym koperkiem, Szynceł z piersi kurczaka w cieście ziołowym, gotowane ziemniaki puree z mlekiem, masłem i koperkiem, gotowana marchewka z groszkiem – **1,3,7,9**

Środa

I śniadanie: Pieczywo mieszane z masłem, sałata, kurczak gotowany, polędwica sopocka, ser żółty Gouda, ogórek kiszony, pomidor, herbata z cytryną – **1,6,7,9**

II śniadanie: Wafle ryżowe, sok owocowo – warzywny, gruszka, woda

Zdrowa przekąska: Warzywa lub owoce

Obiad: Zupa jarzynowa z brukselką, brokułem i makaronem zacierką, Otwarte Gołąbki z białą kapustą z mięsem z szynki wieprzowej, cebulką smażoną i ryżem parabolicznym w sosie pomidorowym, ziemniakami puree z masłem, mlekiem i zieleciną – **1,3,7,9**

Czwartek

I śniadanie: Pieczywo mieszane z masłem, sałata z rukolą, szynka wędzona, polędwica z indyka w plasterkach, pasta warzywna, pomidorki koktajlowe, herbata – **1,6,7,9**

II śniadanie: Koktajl owocowy, chrupki kukurydziane, woda – **7**

Zdrowa przekąska: Warzywa lub owoce

Obiad: Zupa krem pomidorowy z makaronem nitki, Kotlecik wieprzowy z szynki w sosie śmietanowo – porowym, ryż paraboliczny gotowany, parowana żółta i zielona fasolka szparagowa – **1,3,7,9**

Piątek

I śniadanie: Pieczywo mieszane z masłem, sałata, kurczak gotowany w plastrach, szynka zawędzona, twarożek śmietankowy ze szczypiorkiem, rzodkiewka, ogórek zielony, herbata z miętą – **1,6,7,9**

II śniadanie: Makaron z serkiem śmietankowym, truskawki, woda - **1,3,7**

Zdrowa przekąska: Warzywa lub owoce

Obiad: Zupa ogórkowa z warzywami korzeniowymi i szynką wieprzową, Morszczuk panierowany w bułce tartej i otrębach, ziemniaki gotowane puree z koperkiem, bukiet warzyw parowanych (marchew, brokuł, kalafior) – **1,3,7,9**

Alergeny:

1.Zboża zawierające gluten, 2.Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzechy ziemne, 6.Soja,7. Mleko i przetwory mleczne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10. Gorczyca, 11.Sezam, 12.Dwutlenek siarki, 13.

Łubin 14. Mięczaki

Opracowanie: Iwona Małysz