|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Jadłospis** | **Śniadanie** | **Drugie śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Poniedziałek**  **21.07.2025** | **kasza kukurydziana na mleku**  **chleb wiejski (pszenno żytni) z masłem**  **wędlina**  **mix warzyw**  **herbata owocowa 1,7** | **melon/woda** | **zupa grochowa**  **ryż z truskawkami, serem i śmietaną**  **kompot owocowy 1,7,9** | **bułka wyborowa z masłem**  **omlet z jaj z papryką i szczypiorkiem**  **melisa do picia 1,3,7** |
| **Wtorek**  **22.07.2025** | **płatki owsiane na mleku chleb dawny (żytnio - pszenny), z masłem**  **wędlina**  **mix warzyw**  **napar owocowy 1,7** | **Sok Pyłek (jabłko, pomarańcza, cytryna, kurkuma)/woda** | **pomidorowa z makaronem**  **sznycelki wieprzowe**  **ziemniaki**  **sałata lodowa z fetą i suszonymi pomidorami**  **kompot owocowy 1,7,9** | **grahamka z masłem**  **pasta z makreli i twarogu**  **słupki marchewki**  **zielona herbata 1,4,7** |
| **Środa**  **23.07.2025** | **makaron kokardki na mleku chleb złocisty (pszenno żytni z siemieniem) z masłem**  **wędlina**  **mix warzyw**  **herbata owocowa 1,7** | **morela/woda** | **krem z buraków**  **kaszotto z kurczakiem i warzywami**  **ogórek małosolny**  **kompot owocowy 1,7,9** | **kajzerka z masłem**  **żółty ser**  **pomidor**  **kiełki**  **kawa zbożowa 1,7** |
| **Czwartek**  **24.07.2025** | **szwedzki stół: chleb graham, chleb kresowy (żytni z ziarnami), chleb razowy , masło, wędlina, serek kanapkowy, humus z pomidorami, dżem, mix warzyw,**  **kakao 1,7** | **Mus Promyk (jabłko, banan, mango lio truskawka) /woda** | **zupa kalafiorowa**  **gulasz wołowy z fasolką szparagową**  **makaron kolorowy**  **kompot owocowy 1,7,9** | **pudding ryżowy na mleku kokosowym z musem mango**  **napar owocowy 7** |
| **Piątek**  **25.07.2025** | **płatki gryczane na mleku chleb pytlowy (żytnio pszenny) z masłem**  **wędlina**  **mix warzyw**  **herbata owocowa 1,7** | **arbuz/woda** | **zupa koperkowa z ryżem**  **halibut smażony**  **ziemniaki**  **surówka z kiszonej kapusty, marchwi i jabłka**  **kompot owocowy 1,3,4,7,9** | **wafle kukurydziane**  **koktajl na kefirze z owocami i siemieniem lnianym 7** |

* *alergeny 1 - zboża zawierające gluten, 3 – jaja i produkty pochodne, 4 – ryby i produkty pochodne, 5 – orzeszki ziemne 7- mleko i produkty pochodne, 8 – orzechy, 9 – seler i produkty pochodne, 10 – gorczyca , 11 – nasiona sezamu,*