



	ŚNIADANIE	ZUPA+DESER	OBIAD II
PONIEDZIAŁEK 27.01.2025 r.	Chleb wieloziarnisty 50g (2) z masłem 5 g (6) parówka drobiowa 1 szt. z ketchupem 20 ml, sałata 1 liść, ogórek zielony 20 g, pomidor koktajlowy 2szt./ kalarepa do chrupania 30 g Bawarka na mleku 200 ml (6)	Barszcz ukraiński na maśle z ziemniakami i zielenią 200 ml (1,2,6) Banan 1 szt. Jogurt naturalny 75 ml (6)	Naleśnik z serem białym 1 szt.(2,3,6) Naleśnik z dżemem truskawkowym 1 szt.(2,3,6) Mus truskawkowy 50 ml Kompot z czarnej porzeczki 200 ml
WTOREK 28.01.2025 r	Zupa mleczna z laną kluska i wiórkami kokosowymi 200 ml (2,3,6) 200 ml Kolorowa kanapka/ chleb żytni na zakwasie 40 g (2) z masłem 5 g (6), sałata 1 liść, polędwicą drobiową 1 plaster(2), pomidorem koktajlowym 1szt., ogórkiem zielonym 2 plastry, posypane szczypiorkiem Herbata z cytryną i miodem 200 ml	Zupa ryżowa na rosole z zielenią 200 ml (1,) Deser : Wafel ryżowy 1 szt. z serem białym 30 g (6) ananasem i brzoskwinia 25 g Sok jabłkowy do picia 100 ml	Ziemniaki z masłem i koprem 200 g (6) Podudzie z kurczaka pieczone na chrupko z dodatkiem ziół, surówka z marchwi, pory, ananasa z majonezem 100g (3) Kompot truskawkowy 200 ml

<p style="text-align: center;">ŚRODA 29.01.2025 r.</p>	<p>Rogal maślany z kruszonką 1 szt. (2,3,6) i masłem 5 g (6) skyr o smaku borówki i banana 30g (6) Mleko na ciepło do picia 200 ml (6) Jabłko do chrupania ½ szt.</p>	<p>Zupa krem pieczarkowy na maśle z zieleciną z kleksem jogurtowym 200 ml (1,2,6) Deser: Pizza Margherita 100g (2,3,6) z sosem pomidorowym i serem żółtym 30g (6) Pomarańcz ½ szt.</p>	<p>Kasza mieszana jęczmienno-gryczana 50 g (2), pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym 100 g (2,3,6), surówka z marchwi, pory z dodatkiem ananasa i majonezu 100 g (3) Kompot z wiśni 200 ml</p>
<p style="text-align: center;">CZWARTEK 30.01.2025 r.</p>	<p>Owsianka na mleku 200 ml (2,6) Chleb słonecznikowy 50 g (2) z masłem 5 g (6) kabanos 20 g, jajko ½ szt. (3) Herbata rumiankowo-owocowa 200 ml z cytryną Kalarepa do chrupania 30 g</p>	<p>Zupa krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami na mięsie z zieleciną 200 ml (1,2) 200 ml (1) Deser: Sernik na zimno 50g z galaretką pomarańczową 20g i malinami 50 g</p>	<p>Makaron kokardki 50 g (2,3,6) z kurczakiem 50 g, pasta z zielonego pesto (2,9,6) 100 ml Surówka z marchwi na sypko 100 g</p>
<p style="text-align: center;">PIĄTEK 31.01.2025 r</p>	<p>Chleb pszenny 50g (2) z masłem 5 g (6) pasta rybna z tuńczyka z serem białym i majonezem 40g (4,6,3) posypane szczypiorkiem Herbata miętowa 200 ml Marchew do chrupania 35 g</p>	<p>Zupa kapuśniaczek z kiełbaską i ziemniakami z dodatkiem majeranku 200 ml (1,2) Deser: Jabłko zapiekane z cynamonem Jogurt naturalny 50 ml (6)</p>	<p>Ziemniaki z koprem 100 g Jajko sadzone 1 szt. (3) Fasolka szparagowa zielona i żółta 100g okraszona masłem (6) Kompot z czarnej porzeczki 200 ml</p>

INFORMACJA DLA RODZICÓW: *Warzywa podstawowe świeże do każdej zupy (pietruszka, seler, por, marchewka, cebula)*Zapewniamy dzieciom całodzienny dostęp do wody (dystrybutor wody w każdej sali)

* Naszym celem jest zdrowe żywienie dzieci, dlatego wszystkie potrawy przygotowujemy w piecu konwekcyjno-parowym. Działanie pary powoduje beztłuszczowe smażenie, potrawy zachowują wartości odżywcze a warzywa nie tracą koloru, zachowując witaminy i minerały.