


GAJOWICKIE SKRZATY P-61	ŚNIADANIE	ZUPA + DESER	DRUGIE DANIE
<p><b>PONIEDZIAŁEK</b> 01.06.2026 r</p>	<p><b>Mleko z płatkami kukurydzianymi 200 ml</b> skład: (płatki kukurydziane , mleko3,2%)(7)</p> <p><b>Chleb orkiszowy 50g (1) z masłem 5 g (7)</b>szynką z indyka 10 g , pomidorem 10g , ogórkiem zielonym 10g , sałatą 1 liść</p> <p><b>Kolorowy talerzyk warzyw i owoców:</b> skład : ( marchew, seler naciowy, kalarepa, winogrono jasne , jabłko ) 100g</p> <p><b>Herbata z cytryną i miodem 200ml</b> skład: (woda, herbata czarna , cytryną ,miód )</p>	<p><b>Zupa barszcz ukraiński na kurczaku z ziemniakami , fasolką , kleksem jogurtowym i zielenią ( 1,9)</b> Skład : (woda, kurczak noga, ziemniak , marchew , seler, pietruszka , fasola jaś , burak, koncentrat buraczany natka pietruszki , przyprawy)</p> <p><b>DESER : Pizza Margharitta z sosem pomidorowym i serem żółtym z bazylią 100 g (1,7)</b> skład: ( drożdże, mąka pszenna , olej , sól , ser żółty, zioła , koncentrat pomidorowy )</p> <p><b>Melon 100 g</b></p> <p><b>Sos czosnkowo-jogurtowy50 ml (7)</b></p> <p><b>Muss Kubuś</b> skład: ( jabłko-banan )</p>	<p><b>Ryż zapiekany z jabłkiem z dodatkiem prażonych migdałów z dodatkiem cynamonu z dipem jogurtowym 200 g )</b> skład : ( ryż 50 g , jabłko 100 g , migdały 10 g , jogurt naturalny 50 ml (7) cynamon )</p> <p><b>Lemoniada do picia 200 ml</b> skład : ( cytryna , woda, mięt ,miód )</p>
<p><b>WTOREK</b> 02.06.2026 r</p>	<p><b>Twarożek śmietankowy z rzodkiewką , szczypiorkiem z dodatkiem czosnku i jogurtu naturalnego</b> skład: ( twaróg pełnotłusty (7), rzodkiewka, szczypior, zioła, jogurt (7)</p> <p><b>Chleb wieloziarnisty 50g (1) z masłem 5 g (7)</b></p> <p><b>Kawa zbożowa na mleku do picia 200ml</b> skład: (woda, kawa , mleko ,miód )(1,7)</p> <p>ogórek zielony i jabłko do chrupania 50 g</p>	<p><b>Zupa pomidorowa zielenią 200 ml (1,3,7,9)</b> skład : ( woda , kurczak noga, przyprawy, marchew, seler, pietruszka , por, cebula ,ryż , koncentrat pomidorowy )</p> <p><b>DESER: szaszłyki owocowe</b> skład :(winogron , kiwi, borówka, truskawka )</p> <p>deser mleczno - jogurtowy z nasionami chia , płatkami owsianymi i miodem 100 ml (1,7)</p>	<p><b>Młode ziemniaki z koprem i masłem 150 g (7)</b> skład :( woda, ziemniak , sól koper, masło)</p> <p><b>Kotlet schabowy w posypce klasycznej 100 g (1,3)</b> skład:(schab ,jaja, bułka tarta , olej przyprawy )</p> <p><b>Mizeria z ogórka zielonego na jogurcie greckim (7) 50 g</b></p> <p><b>Surówka z marchwi i jabłka 50 g</b></p> <p><b>Kompot z wiśni 200 ml</b> skład : ( wiśnia , woda )</p>

<p><b>ŚRODA</b> 03.06.2026 r</p> <p><b>Dzień Wegetariański</b></p> 	<p><b>Zupa mleczna z laną kluską 200 ml (1,3,7)</b> <b>skład:</b> ( mleko , makaron ) 50g Chleb razowy 50 g (1) 40 g <b>Muffiunki jajeczne z warzywami i serem żółtym 50 g (3,7)</b> <b>skład:</b> (jaja, ser żółty , papryka czerwona , szczypiorek , cebula, ) <b>Talerzyk warzyw: skład :</b> ( ogórek zielony, sałata 1 liść, pomidor , seler naciowy ) Herbata ziołowa 200 ml <b>skład :</b> ( woda, melisa, cytryna , cukier )</p>	<p><b>Zupa krupnik z kaszą bulgur z ziemniakami na wywarze i zieleniną ( 1,9)</b> <b>Skład :</b> (woda, , ziemniak , marchew , seler, pietruszka , kasza bulgur , natka pietruszki , przyprawy) <b>DESER: ciasto z buraka 70 g (1,3,7)</b> skład : (mąka pszenna , jaja , burak , soda , kakao , cukier trzcinowy , masło , proszek do pieczenia ) <b>Smoothie na maślanie z malinami</b> <b>skład :</b> ( maślanka , maliny )</p>	<p><b>Makaron ze szpinakiem z dodatkiem parmezanu 200 g (1,3,7,)</b> <b>skład:</b>( makaron razowy świderki , szpinak , śmietanka kremówka , parmezan )</p> <p><b>Banan 1 szt.</b> <b>Kompot z czarnej porzeczki 200 ml</b> <b>skład :</b> ( woda, czarna porzeczka, cukier )</p>
<p><b>CZWARTEK</b> 04.06.2026 r</p>	<p><b>BOŻE</b></p>	<p><b>CIAŁO</b></p>	
<p><b>PIATEK</b> 05.06.2026 r</p>	<p><u><a href="#">Szwedzki stół</a></u> <b>Pieczyno mieszane pszenno-razowe ( chleb wrocławski z makiem , chleb razowy 50g ) (1)</b> <b>Masło 5g (7), ser żółty 10g (7), kabanos drobiowy 10 g , sałata , ogórek zielony, pomidor,</b> <b>Herbata z cytryną i miodem 200 ml</b> <b>skład :</b>( woda, herbata czarna , cytryna , miód )</p>	<p><b>Zupa ogórkowa z ryżem na maśle zabieleną jogurtem naturalnym z zieleniną 200 ml (,9,7)</b> <b>skład:</b> ( woda, masło , ogórek kiszony , ryż , zioła jogurt , ) <b>Kaszka manna na mleku z musem truskawkowym 150 ml</b> <b>skład:</b> (mleko , kasza, truskawki )(1,7) Wafel ryżowy 1 szt. Banan ½ szt.</p>	<p><b>Puree ziemniaczane 150 g (7)</b> <b>Morszczuk w posypce klasycznej 100 g</b> <b>skład :</b> ( ryba , jaja , bułka tarta , przyprawy , olej, skrobia, ) (1,3,4,7,9) <b>surówka z kapusty kiszonej i marchwi</b> <b>skład :</b> ( kapusta , marchew, olej , przyprawy ) <b>Herbata miętowa do picia 200 ml</b> <b>skład:</b> ( herbata , cukier )</p>