|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| **PONIEDZIAŁEK**  **05.06.2023** | KASZKA KUS KUS NA MLEKU  ***(PSZENICA, MLEKO)*** 200 G  KROMKA CHLEBA PSZENNEGO ***(PSZENICA)*** 30 G Z MASŁEM ***(MLEKO)*** 4 G, SEREM ŻÓŁTYM ***(MLEKO)*** 20 G, POMIDOREM, OGÓRKIEM I SAŁATĄ 40 G  HERBATA MALINOWA 150 ML | ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM ZACIERKĄ I NATKĄ PIETRUSZKI, ZABIELANA ŚMIETANKĄ, BEZ MIĘSA  ***(MLEKO, PSZENICA, SELER)*** 250 G  MIX KASZ (BULGUR, GRYCZANA, JĘCZMIENNA) ***(PSZENICA, JĘCZMIEŃ)*** 100 G  I GULASZ RATATUJ Z WARZYWAMI I ZIELONĄ SOCZEWICĄ 60 G  ZIELONA SAŁATKA Z KAPUSTY, SZPINAKU, PORA I OGÓRKA Z SOSEM VINEGRET 100 G  OWOC- 1 SZT.  SOK MARCHREWKOWO OWOCOWY 150 ML | JOGURT PITNY ***(MLEKO)*** 330 ML  CIASTO DROŻDŻOWE Z RABARBAREM  **(wypiek własny) *(MLEKO, PSZENICA, JAJA)*** 60 G |
| **WTOREK**  **06.06.2023** | TOSTY Z CHLEBA TOSTOWEGO ***(PSZENICA)*** 60 G Z SEREM MOZZARELLA ***(MLEKO)*** 40 G I KETCHUPEM 20 G  GARŚĆ POMIDORKÓW KOKTAILOWYCH 40 G  KAKAO NA MLEKU ***(MLEKO, KAKAO)*** 150 ML | ZUPA ŻUREK Z JAJKIEM, CHRZANEM I MAJERANKIEM, BEZ MIĘSA ***(JAJA, ŻYTO, PSZENICA, JĘCZMIEŃ)*** 250 G  TŁUCZONE ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 100 G I KOTLET JAJECZNY Z CIECIERZYCĄ ***(JAJA, PSZENICA)*** 60 G  MIZERIA ZE ŚMIETANĄ I SZCZYPIORKIEM ***(MLEKO)*** 40 G  KALAFIOR Z MASŁEM I BUŁKĄ TARTĄ ***(MLEKO, PSZENICA)*** 40 G  KOMPOT MALINOWO- WIŚNIOWY 150 ML | TALERZ OWOCÓW  (MANGO, MELON, ARBUZ)  SOK MARCHEWKOWO OWOCOWY 150 ML |
| **ŚRODA**  **07.06.2023** | PŁATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU ***(MLEKO)*** 200 G  CHLEB SŁONECZNIKOWY ***(PSZENICA)*** 30 G Z MASŁEM ***(MLEKO)*** 4 G I PASTA JAJECZNA WŁASNEGO WYROBU ***(JAJA)*** 20 G  OGÓREK KISZONY 40 G  NAPAR Z MIĘTY I MIODU 150 ML | BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI I NATKĄ PIETRUSZKI, BEZ MIĘSA ***(SELER)*** 250 G  ZAPIEKANKA MAKARONOWA Z MAKARONEM ***(PSZENICA)*** 100 G Z SOSEM POMIDOROWYM Z CZERWONĄ SOCZEWICĄ 60 G  BURACZKI TARTE Z CEBULKĄ 40 G  POMIDORY MALINOWE W ŚMIETANIE ZE SZCZYPIORKIEM ***(MLEKO)*** 40 G  KOMPOT WIELOOWOCOWY (ŚLIWKA, PORZECZKA, TRUSKAWKA) 150 ML | CIASTECZKA MAŚLANE Z KAWAŁAKMI CZEKOLADY **(wypiek własny)**  ***(MLEKO, PSZENICA, JAJA)***  SZKLANKA MLEKA ***(MLEKO)*** 150 ML |
| **PIĄTEK**  **09.06.2023** | CHAŁKA ***(MLEKO, JAJA, PSZENICA)*** 60 G Z MASŁEM ***(MLEKO)*** 8 G I DŻEMEM OWOCOWYM NISKOSŁODZONYM 40 G  KAWA INKA NA MLEKU ***(MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ)*** 150 ML | KREMOWA ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM ŚWIDRY, ZABIELANA ŚMIETANKĄ, BEZ MIĘSA  ***(MLEKO, SELER, PSZENICA)*** 250 G  ŁÓDECZKI ZIEMNIACZANE ZAPIEKANE Z ROZMARYNEM 100 G I KOTLET RYBNY Z DORSZA ***(JAJA, PSZENICA)*** 60 G  SAŁATA ZE ŚMIETANĄ ***(MLEKO)*** 40 G  MARCHEWKA Z GROSZKIEM ***(MLEKO)*** 40 G  SOK JABŁKOWY 150 ML | ROGALIK PSZENNY ***(PSZENICA)*** 60 G  JOGURT NATURALNY ***(MLEKO)*** 150 G |

 **JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE I ZERÓWKA  
WEGETARIAŃSKI**

\*Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie \*Alergeny oznaczono pogrubioną czcionką  
\***Substancje i produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zaznaczono wg załącznika II Dziennika Urzędowego Unii Europejskiej L 304/43**. W ZSP w kuchni używa się**: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy**. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny.