



PLACÓWKA: **SP KIEŁCZÓW – klasy sportowe** DATA: **2-12.04.2024r.**

OBIAD	
Wiosenna przerwa świąteczna	
	<p style="text-align: center;">Poniedziałek 08.04</p> <p style="text-align: center;">Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami (seler, pszenica) 400ml Kurczak w sosie słodko – kwaśnym (papryka, ananas) 180g, ryż paraboliczny 180g, fasolka szparagowa z kukurydzą (gorczyca) 40g, kompot truskawkowy 200ml, owoc 1szt.</p>
	<p style="text-align: center;">Wtorek 09.04</p> <p style="text-align: center;">Krem porowo - serowy z grzankami (mleko, seler, pszenica, żyto) 400ml Makaron pełnoziarnisty z sosem bolońskim z warzywami (marchew, seler, cebula, pomidory) (pszenica) 300g, kalafior z mini marchewką 40g Kompot wiśniowo – rabarbarowy 200ml</p>
Środa 03.04	<p style="text-align: center;">Krupnik z kaszy jęczmiennej z natką pietruszki (seler, jęczmień) 400ml Kluski ziemniaczane z mięsem 6szt. surówka z marchewki i pora z jabłkiem 40g, kompot wieloowocowy (truskawka, jabłko) 200ml, owoc 1szt.</p>
	<p style="text-align: center;">Środa 10.04</p> <p style="text-align: center;">Zupa rosółowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki (seler) 400ml Kotlet schabowy (pszenica, jaja) 100g, ziemniaki 150g, surówka colesław (mleko, jaja, gorczyca) 80g Kompot cytrusowy z miętą 200ml, owoc 1szt.</p>
Czwartek 04.04	<p style="text-align: center;">Rosół z makaronem i natką pietruszki (seler, pszenica) 400ml Pałki pieczone z kurczaka 2szt. ziemniaki 150g, sałata lodowa z dipem czosnkowym (mleko) 60g Kompot jabłkowo-gruszkowy 200ml, owoc 1 szt.,</p>
	<p style="text-align: center;">Czwartek 11.04</p> <p style="text-align: center;">Zupa pomidorowa z makaronem (seler, mleko, pszenica) 400ml Stripsy z dorsza i mintaja (ryba, pszenica) 100g, ziemniaki 180g, wiosenna sałatka z sałaty lodowej, rzodkiewki i ogórka zielonego (mleko) 80g Kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczek, śliwka) 200ml, owoc 1szt.</p>
Piątek 05.04	<p style="text-align: center;">Barszcz czerwony z ziemniakami i majerankiem (seler, pszenica, mleko) 400ml Pierogi ruskie z cebulką (pszenica, mleko) 6szt., surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 40g, kompot wieloowocowy (truskawka, jabłko) 200ml</p>
	<p style="text-align: center;">Piątek 12.04</p> <p style="text-align: center;">Żurek z jajkiem i ziemniakami (pszenica, żyto, mleko, seler) 400ml Naleśniki z serem (pszenica, mleko, jaja) 3szt., polewa jogurtowo – truskawkowa (mleko) 60ml, surówka z marchewki i ananasa 40g Kompot cytrusowy z melisą 200ml</p>

Pogrubioną czcionką **oznaczono alergeny** zgodnie z *Rozporządzeniem 1169/2011*. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Podczas wydawania posiłków do wybranej surówki dostępne są dla dzieci ziarna tkj. (słonecznik, dynia i siemię lniane). *Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.*

Opracowano przez: dietetyk Olę Będzińską



PLACÓWKA:

SP KIEŁCZÓW – klasy sportowe

DATA:

15-26.04.2024r.

OBIAD			
Poniedziałek 15.04	Zupa ogórkowa z ziemniakami (seler, mleko, pszenica) 400ml Gulasz z szynki (pszenica) 180g, kasza pęczak (jęczmień) 180g, surówka z białej kapusty z jabłkiem 80g, kompot cytrusowy z miętą 200ml, owoc 1szt.	Poniedziałek 22.04	Zupa jarzynowa z groszkiem i ziemniakami (seler, pszenica, mleko) 400ml Pulpeciki drobiowe w sosie śmietanowo - koperkowym (pszenica, mleko) 100/80g, kasza gryczana 180g, surówka wielowarzywna (marchew, por, ogórek kiszony, seler) 80g, kompot cytrusowy z miętą 200ml, owoc 1szt.
Wtorek 16.04	Rosół z makaronem i natką pietruszki (seler, pszenica) 400ml Pierś z kurczaka w panierce razowej (pszenica, jaja) 80g, ziemniaki 150g, brokuły z dipem jogurtowo - czosnkowym (mleko) 80g, kompot jabłkowo - wiśniowy 200ml	Wtorek 23.04	Zupa pomidorowa z ryżem (seler, mleko) 400ml Udko pieczone z kurczaka 1szt., ziemniaki z koperkiem 150g, wiosenna mizeria z rzodkiewką i szczypiorkiem (mleko) 40g Kompot truskawkowy 200ml
Środa 17.04	Wiosenny krem z zielonych warzyw ze słonecznikiem (seler, mleko) 400ml Filet z mintaja pieczony (pszenica, ryby, jaja) 100g, ziemniaki 150g, warzywa po grecku (seler) 80g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml, owoc 1szt.	Środa 24.04	Zalewajka z ziemniakami (seler, pszenica, żyto, mleko) 400ml Łazanki z białą i kiszoną kapustą z kawałkami szynki (pszenica) 300g, surówka z buraczków 40g, kompot cytrusowy z melisą 200ml, owoc 1szt.
Czwartek 18.04	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (pszenica, seler, mleko) 400ml Wieprzowina po meksykańsku (pomidory, marchew, kukurydza, papryka, czerwona fasola) 180g, ryż paraboliczny 180g, fasolka szparagowa 40g, kompot cytrusowy z miętą 200ml	Czwartek 25.04	Krupnik z trzech kasz (wiejska, bulgur, manna) (seler, jęczmień, pszenica) 400ml Stripsy z mintaja w panierce (ryby, pszenica) 100g, ziemniaki z koperkiem 150g, brokuły z dipem czosnkowym (mleko) 80g, kompot jabłkowy 200ml
Piątek 19.04	Zupa soczewicowa z ziemniakami (seler) 400ml Makaron razowy z serem (pszenica, mleko) 300g, polewa jogurtowo-porzeczkowa (mleko) 50ml, surówka z marchewki z brzoskwinia 40g Kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, gruszka) 200ml, owoc 1szt.	Piątek 26.04	Botwinka z jajkiem i ziemniakami (seler, pszenica, mleko) 400ml Pampuchy (pszenica, mleko) 3szt., polewa jogurtowo – wiśniowa (mleko) 80ml, surówka z marchewki z pestkami dyni 40g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml, owoc 1szt.

Pogrubioną czcionką **oznaczono alergeny** zgodnie z *Rozporządzeniem 1169/2011*. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Podczas wydawania posiłków do wybranej surówki dostępne są dla dzieci ziarna tkj. (słonecznik, dynia i siemię lniane). Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

Opracowano przez: dietetyk Olę Będzińską

PLACÓWKA: SP KIEŁCZÓW – klasy sportowe		DATA: 29 – 40.04.2024r.
DZIEŃ	O b i a d	
poniedziałek 29.04	Zupa grochowa z ziemniakami i majerankiem (seler) 400ml Penne razowe z sosem neapolitańskim (pszenica) i mozzarellą (mleko) 300g, surówka z kapusty pekińskiej 40g Kompot cytrusowy z melisą 200ml, owoc 1szt.	
Wtorek 40.04	Krem z kalafiora z grzankami (seler, mleko, pszenica, żyto) 400ml Kotlet mielony (jaja, pszenica) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, sałata z jogurtem (mleko) 60g, kompot jabłkowy 200ml	

Pogrubioną czcionką **oznaczono alergeny** zgodnie z *Rozporządzeniem 1169/2011*. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Podczas wydawania posiłków do wybranej surówki dostępne są dla dzieci ziarna tkj. (słonecznik, dynia i siemię lniane). *Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.*

Opracowano przez: dietetyk **Olę Będzińską**