**MENU: 23-27.06.2025 r. P.W. Gastropol tel. 534 888 148**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **PONIEDZIAŁEK** | **Waga porcji** | **WTOREK** | **Waga porcji** | **ŚRODA** | **Waga porcji** | **CZWARTEK** | **Waga porcji** | **PIĄTEK** | **Waga porcji** |
| **Śniadanie** | Chałka drożdżowa  Serek grani  Powidło śliwkowe  Kawa zbożowa na mleku | 35 g  30 g  15 g  200 ml | Chleb wiejski  Masło  Twarożek  z rzodkiewką  i szczypiorkiem  Herbata porzeczkowa | 40 g  10 g  30 g  200 ml | Chleb z makiem  Masło  Pasztet drobiowy  Pomidor  Herbata wiśniowa | 40 g  10 g  30 g  10 g  200 ml | Chleb krakowski  Masło  Jajko na twardo  w sosie ziołowym  Sałata  Herbata z cytryną | 40 g  10 g  1 szt.  5 g  200 ml | Chleb ze słonecznikiem  Masło  Serek łososiowy  Ogórek małosolny  Herbata malinowa | 40 g  10 g  30 g  10 g  200 ml |
|  | **Gluten, laktoza, białka mleka krowiego, 267kcal** | | **Gluten, laktoza, białka mleka krowiego, 246kcal** | | **Gluten, jaja kurze, laktoza, białka mleka krowiego, seler, 252kcal** | | **Gluten, jaja kurze, laktoza, białka mleka krowiego, gorczyca, 305kcal** | | **Gluten, ryby, laktoza, białka mleka krowiego, 341kcal** | |
| **Śniad. 2** | Jabłko | 1 szt.  80kcal | Arbuz | 80 g  28kcal | Morele | 100 g  48kcal | Brzoskwinia | 1 szt.  60 kcal | Jabłko | 1 szt.  80kcal |
| **Obiad** | Zupa brokułowa  z kolankami  Kurczak w sosie koperkowym  Kasza bulgur  Surówka z marchewki z brzoskwinią  Kompot domowy | 300 ml  80 g  100 g  70 g  200 ml | Krupnik polski  Pieczona pałka  z kurczaka  Ziemniaki  Sałatka z pomidorów  Kompot domowy | 300 ml  1 szt.  100 g  70 g  200 ml | Żurek z jajkiem  i ziemniakami  Naleśniki  z serem  Polewa waniliowo-wiśniowa  Kompot domowy | 300 ml  2 szt.  50 ml  200 ml | Rosół z makaronem  Sznycelek wieprzowy  Ziemniaki  Sałatka z buraczków  Kompot domowy | 300 ml  80 g  100 g  70 g  200 ml | Zupa pomidorowa  z ryżem  Makaron penne  z sosem włoskim ze szpinakiem  i suszonymi pomidorami  Kompot domowy | 300 ml  180 g  200 ml |
|  | **Gluten, jaja kurze, laktoza, białka mleka krowiego, seler, 582kcal** | | **Gluten, laktoza, białka mleka krowiego, seler, 570kcal** | | **Gluten, jaja kurze, laktoza, białka mleka krowiego, seler, 544kcal** | | **Gluten, jaja kurze, laktoza, białka mleka krowiego, seler, 530kcal** | | **Gluten, jaja kurze., laktoza, białka mleka krowiego, seler, 492kcal** | |
| **Podw.** | Ciastko owsiane  z dynią i rodzynkami | 1 szt. | Ciasto jogurtowe  z rabarbarem | 60 g | Kanapka z polędwicą sopocką i papryką | 60 g | Galaretka agrestowa | 140 g | Kanapka z serem mozzarella  i pomidorem | 60 g |
|  | **Gluten, 234kcal** | | **Gluten, jaja kurze, laktoza, białka mleka krowiego, 236kcal** | | **Gluten, laktoza, białka mleka krowiego, 163kcal** | | **78kcal** | | **Gluten, laktoza, białka mleka krowiego, 174kcal** | |

***Kobylany - przedszkole***