|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **DATA****2025** | **ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **ZUPA** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| 30 czerwca | Pieczywo z czarnuszką z masłemPasta z fasoli i pomidorków suszonychPapryka żółta, ogórek małosolnyKoper włoski**Alergeny: gluten** | Jabłko | Zupa cebulowa na maśle 82%Grzanki przygotowane w Przedszkolu**Alergeny: seler, nabiał, gluten** | Spaghetti z mięsem wieprzowym i warzywamiKompot truskawkowy**\*Spaghetti bez mięsa z warzywami****Alergeny: gluten** | Bułka graham z masłemSer biały z dżememHerbatka brzoskwiniowaRzepa białaKakao**Alergeny: gluten, nabiał** |
| 1 lipca | Pieczywo z dynią z masłem,pieczywo białe z masłemSer żółtyPomidor, roszponkaRumianekKawa zbożowa na mleku**\*Pasztecik z soczewicy** **Alergeny: gluten, nabiał** | Nektarynka | Zupa owocowa z makaronem**Alergeny: gluten** | MielonyZiemniaki ze świeżym kopremSałata masłowa z rzodkiewką, ogórkiem świeżym i szczypiorkiem ze śmietanąKompot z czerwonej porzeczki**\*Sznycel ziemniaczany z warzywami Alergeny: nabiał** | Pasta z tuńczykaPieczywo białe z masłemOgórek małosolny, rzodkiewkaMelisaMarchewka**Alergeny: gluten, ryba, jajko** |
| 2 lipca | Ryż na mlekuPieczywo z siemieniem lnianym z masłem,pieczywo białe z masłemPolędwica sopockaOgórek świeży, papryka czerwonaMięta**\*Ser żółty** **Alergeny: gluten, nabiał** | Truskawka | Zupa pieczarkowa na maśle 82%**Alergeny: seler, nabiał** | Fasolka po bretońskuPieczywo białeKompot śliwkowy**\*Fasolka po bretońsku bez mięsa** | Ryż zapiekany ze śmietanąi jabłkiemHerbatka malinowaBanan**Alergeny: gluten, nabiał** |
| 3 lipca | Pieczywo żytnie 5 zbóż z masłem,pieczywo białe z masłemSchab pieczonyKiełki mieszane, pomidorki cherryHerbatka malinowaKakao**\*Dżem** **Alergeny: gluten, nabiał** | Banan | Zacierkowa na rosołku z kurczaka**Alergeny: seler, nabiał** | Gulasz wieprzowyZiemniaki posypane świeżą natka pietruszkiSurówka z kapusty pekińskiej, pora i marchewki z majonezemKompot wiśniowy**\*Kotlet z ciecierzycy** **Alergeny: gluten, nabiał** | Budyń waniliowyWafle andrutyRzepa biała**Alergeny: gluten, nabiał śladowe ilości siarczanów, jaj, orzechów** |
| 4 lipca | Bułka ze szpinakiem z masłemJajko gotowane ze szczypiorkiemRzodkiewka, ogórek świeżyHerbata czarna z miodem i cytrynąKawa zbożowa na mleku**Alergeny: gluten, nabiał, jajko** | Arbuz | Żurek z białą kiełbasą**Alergeny: seler, nabiał** | Makaron z owocamiKompot śliwkowy**Alergeny: gluten** | Ciasto z rabarbaremLemoniada przygotowana w PrzedszkoluJabłko**Alergeny: gluten, nabiał, jajko** |

**\*Indywidualne potrzeby żywieniowe
Alergeny: gluten (zboża zawierające gluten), orzeszki ziemne, orzechy, soja, ryby, skorupiaki, jaja, mleko, seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczany.
Możliwe alergeny występujące w przyprawach**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **DATA****2025** | **ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **ZUPA** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| 7 lipca | Pieczywo z dynią z masłem,pieczywo białe z masłemKrakowska wieprzowaPapryka czerwona, rucolaRumianekKakaoMelisa**\*Dżem****Alergeny: gluten, nabiał** | Jabłko | Fasolowa na kurczaku**Alergeny: seler, nabiał** | Spaghetti ze szpinakiem i serem fetaKompot śliwkowy**Alergeny: gluten, nabiał** | Zapiekanka z bułki wrocławskiej z masłem, serem żółtym, ziołami i pomidorkami cherry Herbatka z dzikiej róży Rodzynki **Alergeny: gluten, nabiał**  |
| 8 lipca | Pieczywo żytnie 5 zbóż z masłem,pieczywo białe z masłemSalamiPomidor, sałata masłowaKawa zbożowa na mlekuKoper włoski**\*Pasztecik z soczewicy** **Alergeny: gluten, nabiał** | Malina | Pomidorowa na kurczaku**Alergeny: seler, nabiał** | Udziki z kurczaka pieczone w piecuZiemniaki posypane świeżą natką pietruszkiSurówka z czerwonej kapusty z majonezemKompot truskawkowy**\*Kotlet z ciecierzycy Alergeny: nabiał** | Chrupki kukurydziane Mleko gotowane bez mioduMarchewka**Alergeny: nabiał**  |
| 9 lipca | Płatki owsiane na mlekuPieczywo z siemieniem lnianym z masłem,pieczywo białe z masłemLuncheon meatOgórek świeży, rzodkiewkaRumianek**\*Ser żółtyAlergeny: gluten, nabiał** | Truskawka | Zupa szczawiowa na maśle 82%**Alergeny: seler, nabiał** | Gulasz drobiowy w sosie curryRyż białyBurak gotowanyKompot z czerwonej porzeczki**\*Sznycel ziemniaczany z warzywami** **Alergeny: nabiał** | Kisiel z mrożonymi owocamiBułeczka wrocławska z masłemJabłko**Alergeny: gluten, nabiał** |
| 10 lipca | Pieczywo z czarnuszką z masłemIndyk pieczonyPomidor, sałata karbowanaKakaoHerbatka wiśniowa**\*Powidła****Alergeny: gluten, nabiał** | Brzoskwinia | Brukselkowa na maśle 82%**Alergeny: seler, nabiał** | SchabowyZiemniaki posypane świeżą natką pietruszkiMarchewka mini, fasolka szparagowa zielonaKompot truskawkowy**\*Ryba****Alergeny: gluten, jajko, ryba** | Bułka wrocławska z masłemPasta z ciecierzycy, pomidorków suszonych w zalewie, czarnymi oliwkami i pestkami słonecznika*)*Ogórek małosolnyHerbata z pigwą i truskawkąMorela**Alergeny: gluten, nabiał** |
| 11 lipca | Pieczywo graham z masłem,pieczywo białe z masłemSer żółtyOgórek małosolny, rzodkiewkaMleko gotowane z dodatkiem mioduMięta**Alergeny: gluten, nabiał** | Banan | Krem z groszku zielonego**Alergeny: seler, nabiał** |   Ziemniaki posypane natką pietruszkiRyba w cieście naleśnikowymSurówka z czerwonej kiszonej kapustyOranżada z pomarańczy przygotowana w Przedszkolu   **Alergeny: gluten, ryba** | Chałka z masłemKompocik wiśniowyKalarepa**Alergeny: gluten, nabiał** |

**\*Indywidualne potrzeby żywieniowe
Alergeny: gluten (zboża zawierające gluten), orzeszki ziemne, orzechy, soja, ryby, skorupiaki, jaja, mleko, seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczany.
Możliwe alergeny występujące w przyprawach**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **DATA****2025** | **ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **ZUPA** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| 14 lipca | Pieczywo żytnie 5 zbóż z masłem,pieczywo białe z masłemKiełbasa żywieckaRzodkiewka, ogórek świeżyHerbatka z dzikiej różyKakao**\*Ser żółty****Alergeny: gluten, nabiał** | Jabłko | Zupa owocowa z makaronem**Alergeny: gluten**  | Sos słodko-kwaśny z ryżem na kurczaku z warzywamiKompot z czerwonej porzeczki**\*Sos słodko-kwaśny z ryżem bez mięsa** | Bułka pszenna z masłemSer białyDżemHerbata czarna z miodem i cytrynąMarchewka**Alergeny: gluten, nabiał**  |
| 15 lipca | Pieczywo z siemieniem lnianym z masłem,pieczywo białe z masłemParówki z szynkiPomidor malinowy, sałata karbowanaKawa zbożowa na mlekuRumianek**\*Pasztecik z soczewicy** **Alergeny: gluten, nabiał** | Morela | Krupnik na kurczaku**Alergeny: seler, nabiał** | Pesto ze świeżą bazylią z makaronem tagialtelleKompot wiśniowy**Alergeny: nabiał** | Jogurt naturalny z mrożonymi owocami przygotowany w PrzedszkoluChrupki kukurydziane Brzoskwinia w zalewie**Alergeny: nabiał**  |
| 16 lipca | Makaron LITERKI na mlekuPieczywo z czarnuszką z masłemSchab pieczonyOgórek świeży, papryka żółtaMelisa**\*Miód naturalnyAlergeny: gluten, nabiał** | Truskawka | Zupa ogórkowa na maśle 82%**Alergeny: seler, nabiał** | Kiełbasa biała pieczonaZiemniaki posypane świeżą natką pietruszkiSurówka z marchewki i jabłkaKompot truskawkowy**\*Sznycel ziemniaczany z warzywami** | GalaretkaWafle andrutyOranżada z pomarańczy przygotowana w PrzedszkoluJabłko**Alergeny: gluten, śladowe ilości siarczanów, jaj, orzechów** |
| 17 lipca | Pieczywo graham z masłem,pieczywo białe z masłemPolędwica swojskaSałata masłowa, pomidor malinowyKakaoKoper włoski**\*Ser biały****Alergeny: gluten, nabiał** | Banan | Brokuł świeży na maśle 82%**Alergeny: seler, nabiał** | Łazanki z mięsem wieprzowymKompot śliwkowy**\*Łazanki bez mięsa****Alergeny: gluten** | Pasta z tuńczykaPieczywo białe z masłemOgórek małosolny, rzodkiewkaHerbatka owoce leśneKalarepa**Alergeny: gluten, ryba, jajko** |
| 18 lipca | Pieczywo z dynią z masłem,pieczywo białe z masłemPasta z groszku zielonego i jajekOgórek małosolny, rzodkiewkaMleko z dodatkiem miodu**Alergeny: gluten, nabiał, jajko** | Arbuz | Krem z marchewki na maśle 82%**Alergeny: seler, nabiał** |  Ziemniaki pieczone w piecu z ziołamiKompot truskawkowy | Racuchy z cukiniąNektarynka**Alergeny: gluten, nabiał** |

**\*Indywidualne potrzeby żywieniowe
Alergeny: gluten (zboża zawierające gluten), orzeszki ziemne, orzechy, soja, ryby, skorupiaki, jaja, mleko, seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczany.
Możliwe alergeny występujące w przyprawach**