



| | <i>ŚNIADANIE</i> | <i>OBIAD</i> | <i>PODWIECZOREK</i> |
|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Poniedziałek 07.03.2022 | Pieczyno orkiszowe (1kromka), masło (7g), sałata(3g), pierś z indyka opiekana(25g), pomidor(20g), szczypiorek(3g), rumianek(200ml), morele(20g) Płatki owsiane(10g) na mleku (200ml), żurawina(20g) | Zupa grochowa z mięsem i ziemniakami (250ml), szynka wp. (30g), groch(30g), marchewka(10g), pietruszka(10g), seler (5g), por(5g), ziemniaki(50g), natka(5g), Makaron z serem (150g), z musem truskawkowo-jogurtowym , truskawki (10g), jogurt(10g), ser(70g), Kompot wiśniowy (200ml), | Rumianek(120ml), Rogalik (50g) banan |
| Wtorek 08.03.2022 | Pieczyno żytnie (1,5kromki), masło (10g), sałata(5g), ser żółty (20g), polędwica drobiowa(20g), ogórek(25g), szczypiorek(5g), Kakao(20g) na mleku (200ml), cząstki jabłka | Rosół z makaronem (250g), skrzydło z indyka(20g), wołowina(30g), marchewka(20g), pietruszka(10g), seler (10g), por(10g),(50g), makaron (20g), Udziec z kurczaka z ziemniakami(100g) Surówka z kapusty białej(60g), kapusta(40g), jabłko(20g), koper, cebula(3g), olej(2g), marchewka Sok (150ml) | Ciasteczka zbożowe(50g), mięta banan |
| Środa 09.03.2022 | Pieczyno słonecznikowe (1krom), masło (7g), jajko(0,5szt) , papryka , herbata z cytryną(200ml) Płatki ryżowe(20g) na mleku (200ml), winogron | Zupa pieczarkowa z ziemniakami (250ml), marchewka(10g), pietruszka(15g), por(10g), seler (5g), ziemniaki(50g), śmietana (10g), pieczarki(30g), natka(5g), Eskalopki z indyka (56g), z żółtym ryżem(100g), Surówka z sałaty lodowej (40g), pomidora(20g), oliwa z oliwek, słonecznik. Kompot malinowy (200ml), | Bułka wieloziarnista z masłem, wędliną(15g), ogórek kiszony(15g) , herbata z cytryną(200ml), mandarynka |
| Czwartek 10.03.2022 | Pieczyno mieszane(2kromeczki) , masło (10g), szynka wiejska(30g), sałata(3g), pomidor(25g), Kawa inka(20g) na mleku (200ml) morele(20g) | Zupa krem z marchwi i pomidora z grzankami(250ml), marchewka(50g), pietruszka(10g), seler (10g), por(10g), ziemniaki (70g), natka(3g), pomidor (30g), grzanki(10g) Gulasz wp. (60g), szynka wp.(56g), kopytka(100g), Surówka z buraków, jabłka i cebulką (60g), buraki(40g), jabłko(20g) kompot wielowocowy (200ml). | Kisiel z malinami(120g), Chrupki kukurydziane pomarańcza |
| Piątek 11.03.2022 | Gryzka (1kromka), masło (5g), dżem (15g), mięta, Płatki kukurydziane(20g) na mleku (200ml), śliwka (20g) | Zupa brokułowa z ziemniakami (250ml), marchewka(20g), pietruszka(10g), seler (10g), koper(50g), brokuł(30g), ziemniaki(50g), Pulpety rybne w sosie koperkowym, miruna(56g), kasza gryczana(100g), marchewka mini(60g), Kompot truskawkowy (200ml) | Jogurt z owocami (120g), herbatniki mini, mandarynka |

Jadłospis tygodniowy może ulec zmianie z powodów technologicznych i przypadków losowych. Pogrubiono alergeny występujące w posiłkach. Wykaz alergenów dostępny u Intendentki

Sporządził

Kucharka

Dyrektor



07.03.2022-Poniedziałek

Zupa grochowa z mięsem, kiełbaską i ziemniakami(300ml), szynka wp.(50g), groch(40g), kiełbasa(20g), pietruszka(10g), seler(10g), marchewka(20g), por ziemniaki(60g), natka(5g), pieczywo (1kromka)

Rogalik drożdżowy, jabłko

08.03.2022-Wtorek

Udziec z kurczaka z ziemniakami(300g), Surówka z białej kapusty, jabłka, kopru i cebulki, ziemniaki(150g), udziec(100g).

Sok 100%

09.03.2022-Środa

Zupa pieczarkowa z mięsem i ziemniakami(300ml), marchewka(20g), pietruszka(10g), **seler**(10), por(10), ziemniaki(60), **śmietana**(15), pieczarka(40g), natka(5g), filet z kurczaka(50g), **pieczywo** (1kromka)

Jogurt z owocami, mandarynka

10.03.2022-Czwartek

Gulasz wieprzowy z kopytkami (300g),surówka z buraków, jabłka i cebuli(80g), buraki(60g), jabłka(20g), cebula ,**kopytka**(150g), szynka(100g)

Pomarańcza

11.03.2022-Piątek

Naleśniki z serem polane musem jogurtowo- owocowym(250g)

Banan

Jadłospis tygodniowy może ulec zmianie z powodów technologicznych i przypadków losowych. Pogrubiono alergeny występujące w posiłkach. Wykaz alergenów dostępny u Intendentki

Sporządził

Kucharka

Dyrektor