

JADŁOSPIS

TYDZIEŃ III	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 15.04.2024	Płatki jęczmienne(15g)(płatki jęczmienne 100%- gluten) na mleku (200ml). Pieczywo graham(1kr),(mąka graham, żytnia , drożdże, kwas naturalny żytni), masło(7g)(mleko), polędwica sopocka(20g), sałata, szczypiorek, ogórek (20g), Herbata żurawinowa (200ml)	Zupa barszcz biały z mięsem, kiełbasą i jajkiem(250ml), por(5g), seler (5g), natka, pietruszka(5g), marchewka(10g), kiełbasa(30g), maślanka(40g)- mleko , zakwas barszczu białego(mąka żytnia, otręby żytnie)- gluten , szynka wieprzowa(30g), śmietana 12%(10g)-(mleko), jajko (0,5szt) Pierogi z serem(150g), polane sosem jogurtowo-miodowym, jogurt naturalny(20g)-(mleko),miód(2g) , ser twarogowy półtłusty(80g)- (mleko), mąka pszenna,-(gluten) jajko . Kompot wiśniowy(200g).	Bułka z jabłkiem(50g), (mąka pszenna- gluten , jaja , mleko , drożdże, cukier), herbata żurawinowa(200ml), gruszka(120g)
WTOREK 16.04.2024	Pieczywo żytnie(1,5kr),(woda, sól, kwas naturalny, mąka żytnia , drożdże),masło(10g),(mleko), schab pieczony(30g), sałata(10g), szczypiorek, pomidor(25g), Kakao(10g) na mleku (200ml)	Zupa pomidorowa z ryżem(250g), marchewka(50g), ryż(20g), koncentrat pomidorowy(10g), makaron(20g)- gluten , jajko , seler (5g),pietruszka(5g), bazylia, natka pietruszki, Udko z kurczaka pieczone, z ziemniakami(200g), udko(100g), ziemniaki gotowane(100g), koper. Sałata z jogurtem- mleko i śmietaną - mleko , szczypiorek. Kompot malinowy(200ml)	Kefir z owocami(150ml), kefir(100g)-(mleko), truskawka(30g), bułeczka żytnia(0,5szt)-(mąka żytnia , pszenna- gluten , jajko , drożdże), z masłem(5g)- mleko i powidłami ze śliwek(10g) kiwi (100g)
ŚRODA 17.04.2024	Płatki owsiane (15g)(płatki owsiane 100%- gluten) , z żurawiną(10g), na mleku (200g). Pieczywo żytnie(1kr),(mąka żytnia , sól, woda, drożdże, kwas żytni), masło(7g)- (mleko), indyk wędzony(20g), pomidor(20g), sałata, szczypiorek. Rumianek(200ml),	Zupa fasolowa (250ml), marchewka(10g), seler (5g), pietruszka(5g), por(5g), fasolka(40g)-(soja) natka pietruszki, śmietana 12%(10g)- (mleko), ziemniaki(50g), Bitki ze schabu duszone w sosie własnym z ryżem naturalnym(200g), ryż naturalny ugotowany(100g), schab(70g),marchewka(10g), pietruszka(5g), seler(5g), cebula(5g), Mix sałat z pomidorem, cebulką, ziarnem słonecznika(50g), oliwa z oliwek. Kompot wiśniowy(200ml).	Makaron z serem, polany musem owocowym(200g), ser twarogowy(40g)-mleko, jogurt naturalny(5g)-mleko, makaron pełnoziarnisty ugotowany(100g), miód(2g) (mleko , jajko , mąka żytnia, pszenna- gluten), malina(50g) Rumianek(200ml), mandarynka(120g)
CZWARTEK 18.04.2024	Pieczywo żytnie z dodatkiem słonecznika(1,5kr)(mąka żytnia- gluten drożdże, słonecznik, sól, woda, naturalny kwas żytni), masło(10g)-(mleko), serek śmietankowy naturalny(10g)-(mleko),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (250ml), marchewka(10g), pietruszka(5g), seler (5g), por(5g), szpinak(40g), ziemniaki(50g), jajko (0,5szt), śmietana(10g)- mleko . Gulasz wieprzowy z kopytkami(200g), kopytka(100g)-(mąka pszenna,- gluten , jajko ,) szynka(70g), cebula, czosnek, olej	Bułka grahamka(0,5szt)(mąka graham, żytnia- gluten , kwas naturalny żytni, drożdże, sól) , masło(5g)-(mleko), ser żółty(15g)- (mleko), ogórek(20g)

	szynka wędzona(20g), sałata, szczypiorek, ogórek kiszony(25g), Kawa zbożowa(10g)(żyto, jęczmień) na mleku(200ml)	rzepakowy. Surówka z buraków, jabłka, cebulki(100g), buraki(60g), jabłko(30g), cebula(10g), oliwa z oliwek Kompot truskawkowy(200ml)	rumianek(200ml), jabłko(100g).
PIĄTEK 19.04.2024	Płatki ryżowe(15g) na mleku(200ml)- mleko , Pieczywo żytnie(1kr)(mąka pszenna, żytnia- gluten , drożdże, sól, kwas naturalny żytni, woda), masło(7g)-(mleko), twarożek na słodko(20g)-(mleko), rzodkiewka(20g), mięta(200ml)	Zupa ogórkowa z ziemniakami(250ml), marchewka(10g) pietruszka(5g), por(5g), seler (5g), ogórki(40g), ziemniaki(50g), natka, koper, śmietana 12%(10g)-(mleko). Kotlety rybne pieczone z ziemniakami(200g), ziemniaki ugotowane(100g), miruna(70g)-(ryba), mąka kukurydziana, - (gluten, jajko), olej rzepakowy. Surówka z pekinki, jabłka, marchewki(100g), pekinka(60g), jabłko(20g), marchewka(20g), oliwa z oliwek(5g) Kompot wieloowocowy(200ml)	Sok 100% (200ml)- mleko , herbatniki mini(25g) (mąka pszenna, owsina, jajko, mleko),

JADŁOSPIS

OBIAD	
PONIEDZIAŁEK 15.04.2024	Barszcz biały z kielbasą, mięsem i jajkiem(350g), por(5g), marchewka(10g), seler (5g), pietruszka(5g), kielbasa(30g), maślanka(50g)- mleko , szynka wieprzowa(50g), śmietana 12%-(15g)-(mleko), zakwas barszczu białego(mąka żytnia, otręby żytnie)- gluten , czosnek, jajko (0,5szt). Pieczywo żytnie(1kr) (mąka żytnia, pszenna - gluten , woda, drożdże, zakwas naturalny żytni). Rogal z jabłkiem(100g)-(mąka pszenna- gluten, jaja, mleko , drożdże) Gruszka(120g)
WTOREK 16.04.2024	Udko z kurczaka pieczone z ziemniakami(250g), udko z kurczaka(130g), ziemniaki gotowane posypane koperkiem(150g), Sałata z jogurtem- mleko i śmietaną- mleko , szczypiorek. Woda 0,5l, jabłko(120g)
ŚRODA 17.04.2024	Zupa fasolowa z ziemniakami, mięsem (350g), marchewka(10g), pietruszka(5g), seler (5g), por(5g), cebula(5g), ziemniaki(70g), fasola(50g)-(mleko), śmietana 12%(15g)-(mleko), indyk(50g) Pieczywo ze słonecznikiem (1kr). (mąka żytnia, orkiszowa , słonecznik, woda, drożdże, kwas naturalny), Jogurt z owocami(120g)- mleko , mandarynka(100g),
CZWARTEK 18.04.2024	Gulasz wieprzowy z kopytkami(250g), szynka(100g), kopytka(150g)-(mąka pszenna- gluten, jajko),olej rzepakowy, cebula, czosnek,. Surówka z buraka(80g), jabłka(30g), cebulka(10g), oliwa z oliwek-(120g) Banan(120g)
PIĄTEK 19.04.2024	Kotlety rybne pieczone z ziemniakami(250g), ziemniaki gotowana posypane koperkiem(150g), miruna(100g)-(ryba), mąka kukurydziana- gluten, jajko , olej rzepakowy. Surówka z pekinki(80g), jabłka(20g), marchewka(20g), oliwa z oliwek-(120g) Sok (200ml),

Jadłospis może ulec zmianie z powodów technologicznych i zdarzeń losowych. W wędlinach mogą występować: soja, gluten ,seler. Wszystkie alergeny zostały pogrubione.