

JADŁOSPIS

TYDZIEŃ I	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 24.03.2025XC	Płatki jaglane(20g)(płatki jęczmienne 100%- gluten) na mleku (200g). Pieczywo żytnie(1kr)(mąka żytnia z dodatkiem słonecznika, woda, drożdże, kwas naturalny żytni, sól), masło(7g)-(mleko), indyk wędzony(20g), pomidor(20g), sałata, szczypiorek. Herbata owocowa(200ml).	Zupa zalewajka z ziemniakami i mięsem, (250g), szynka(30g), marchewka(10g), pietruszka(5g), seler (5g), por(5g), maślanka(30g)- mleko , zakwas barszczu białego(mąka żytnia, otręby żytnie)- gluten , śmietana(10g)- mleko , Pierogi serowo-truskawkowe, polane musem jogurtowo-miodowym, jogurt naturalny(20g)-(mleko), miód(2g), ser twarogowy półtłusty(mleko),(mąka pszenna- gluten , jajko). Kompot wieloowocowy(200ml)	Chałka(40g) (mąka pszenna , jajko , mleko , cukier, drożdże), masło(5g)-(mleko), powidła śliwkowe(15g), herbata owocowa(200ml), gruszka(150g)
WTOREK 25.03.2025	Kakao(10g) na mleku (200ml), Pieczywo orkiszowe(1,5kr) (mąka orkiszowa , pszenna , drożdże, sól, zakwas naturalny żytni), masło(10g)-(mleko), polędwica sopocka(25g), ogórek (25g), sałata, szczypiorek. Jabłko cząstki(20g)	Zupa krem z brokuł(250g), marchewka(10g), por(5g), pietruszka(5g), seler (5g), brokuł(50g), śmietana 12%(10g)-(mleko), natka, ziemniaki(50g) , grzanki(10g)- gluten , jajko , mleko Kotlety mielone pieczone, szynka(70g),(bułka tarta pszenna- gluten , mleko , jajko), olej rzepakowy , ziemniaki (100g). Surówka z buraków(60g), jabłka(30g), cebulki(10g), oliwa z oliwek(5g) Kompot truskawkowy (200ml)	Kefir (100g)-(mleko) z bananem(50g), bułeczka(0,5szt)- mleko , jaja , gluten z masłem(5g)- mleko , serek śmietankowy(15g)- mleko jabłko(100g)
ŚRODA 26.03.2025	Płatki miodowe(20g) na mleku (200ml) Pieczywo graham(1kr) (mąka graham, mąka żytnia , sól, drożdże, woda, kwas naturalny żytni), masło(7g)-(mleko), pasta z jajka i wędzonego łososia(20), (jajko 0,5szt, łosoś(10g)-(ryba), rzodkiewka(20g), jogurt naturalny(10g)-(mleko), szczypiorek. Rumianek(200ml).	Zupa pomidorowa z makaronem(250g), makaron(20g)- gluten , marchewka(10g), pietruszka(5g), seler (5g), por(5g), koncentrat pomidorowy(10g), śmietan 12%(10g)- mleko , natka, Filet z indyka duszony , filet z indyka(70g), ryż naturalny(100g), (mąka- gluten ,) Mix sałat z pomidorem, cebulką, ziarnem słonecznika, oliwą z oliwek(5g) Kompot malinowy(200ml)	Pieczywo- grahamka(1kr.), (mąka graham , kwas naturalny żytni, woda, drożdże, sól) z masłem(5g)- mleko , sałata, szynka wędzona(20g),pomidor(20g), rumianek(200g), Kiwi(100g)
CZWARTEK 27.03.2025	Kawa inka(10g)-(jęczmień , żyto) na mleku(200g)- mleko , Pieczywo żytnie ze słonecznikiem(1,5kr)-(mąka żytnia , pszenna , słonecznik, sól, woda, kwas naturalny żytni), masło(10g)- mleko , schab pieczony(25g) pomidor(25g),	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami(250g), ziemniaki(50g), seler (5g), marchewka(10g), por(5g), pietruszka(5g), ciecierzyc(30g)- soja , natka. Gulasz wołowy duszony z kaszą gryczaną(200g), udziec wołowy(70g), cebula, czosnek, olej rzepakowy, kasza ugotowana (100g)- gluten , Surówka z ogórka kiszzonego(100g), ogórek(70g), jabłko(20g), oliwa z oliwek(10g), cebula, miód. Kompot wieloowocowy(200ml).	Kisiel z maliną(150g), malina(20g), placek drożdżowy z owocami(40g) - (gluten , jajko , mleko) Pomarańcza(100g)
PIĄTEK 28.03.2025	Płatki kukurydziane(20g) na mleku (200g), Pieczywo żytnie(1kr)- (mąka żytnia , mąka pszenna , sól, woda, kwas żytni naturalny),	Zupa zacierkowa z ziemniakami250ml), marchewka(10g), pietruszka(5g), seler (5g), zacierka(10g)- jajko , gluten , natka ziemniaki(50g), por(5g). Ryba pieczona z ziemniakami(200g) , miruna (70g)-(ryba), jajko , mąka kukurydziana(10g)- gluten , koper(5g), olej rzepakowy, ziemniaki	Jogurt z owocami (100g), - mleko , ciasteczka zbożowe(50g)-(mąka pszenna - gluten , jajko),

	masło(7g)- mleko , masło(7g)-(mleko), ser żółty(20g)-(mleko), ogórek(20g), morele(20g) mięta(200ml),	ugotowane(100g), Surówka z pekiniki(60g), papryka(20g), kukurydza(10g), majonez(5g)- jajko , sól, pieprz, czosnek granulowany. Kompot wiśniowy(200ml)	Jabłko(120g)
--	--	---	--------------

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

JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 24.03.2025	Zupa zalewajka z ziemniakami i mięsem (350g), ziemniaki(70g), marchewka(10g), pietruszka(5g), seler (5g), por(5g), szynka(50g), śmietana 12% (15g)- mleko , maślanka(40g)- mleko , zakwas białego barszczu(mąka żytnia, otręby żytnie)- gluten , pieczywo żytnie(1kr), mąka żytnia- gluten , mleko , drożdże), kielbasa(20g) Bułka słodka(100g)-(mąka pszenna- gluten , jaja , mleko , cukier, drożdże), Gruszka (150g)
WTOREK 25.03.2025	Kotlety mielone pieczone z ziemniakami(250g), (bułka tarta-pszenna- gluten , jajko), szynka(100g), olej rzepakowy, ziemniaki gotowane(150g), Surówka z buraków(80g), jabłko(30g), cebuli(10g), oliwa z oliwek. Sok 100% wieloowocowy-200ml,
ŚRODA 26.03.2025	Zupa pomidorowa z makaronem i mięsem (350g), indyk (50g), koncentrat pomidorowy(15g), makaron(50g)- gluten , jaja , seler (5g), pietruszk(5g), marchewka(10g), śmietana 12%-15g- mleko Ciastka zbożowe(50g)-(mleko , jajko , drożdże, mąka- gluten) kiwi(10g)
CZWARTEK 27.03.2025	Gulasz wołowy duszony z kaszą pęczak(250g), udziec wołowy(100g), olej rzepakowy, cebula, czosnek, kasza(150g)- gluten , Surówka z kiszzonego ogórka, jabłko, papryki(120g), ogórek(80g), jabłko(20g), papryka(20g), oliwa z oliwek(5g), cebula. Pomarańcza(150g)
PIĄTEK 28.03.2025	Ryba pieczona z ziemniakami (250g), miruna(100g)-(ryba), olej rzepakowy, jajko , mąka kukurydziana- gluten , koperek(10g) Ziemniaki ugotowane(150g). Surówka z pekiniki(70g), papryka(20g), kukurydza(15g), majonez(5g)- jajko , czosnek granulowany, sól pieprz. Jabłko(120g),

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

Sporządził:

Kucharka:

Dyrektor: