

# JADŁOSPIS

TYDZIEŃ II	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 31.03.2025	Kawa zbożowa(10g) na <b>mleku</b> (200g). Pieczywo żytnie(1,5kr)( <b>mąka żytnia</b> z dodatkiem słonecznika, woda, drożdże, kwas naturalny żytni, sól), masło(10g)-( <b>mleko</b> ), schab pieczony(25g), ogórek kiszony(25g), sałata, szczypiorek. Jabłko cząstki(50g)	Zupa krupnik z mięsem (250g), filet z indyka(30g), marchewka(10g), pietruszka(5g), <b>seler</b> (5g), por(5g), kasza jęczmienna(10g)- <b>gluten</b> , natka pietruszki. Pierogi leniwe z serem, polane musem jogurtowo-miodowym, miód(2g), jogurt naturalny(20g)-( <b>mleko</b> ), ser twarogowy półtłusty( <b>mleko</b> ),(mąka pszenna- <b>gluten, jajko</b> ). Kompot wieloowocowy(200ml)	Placek drożdżowy(50g) ( <b>mąka pszenna, jajko, mleko</b> , cukier, drożdże), serek waniliowy(20g),- <b>mleko</b> , herbata owocowa(200ml), pomarańcza(120g)
<b>WTOREK</b> 01.04.2025	Płatki ryżowe(10g) na <b>mleku</b> (200ml), Pieczywo orkiszowe(1,kr) ( <b>mąka orkiszowa, pszenna</b> , drożdże, sól, zakwas naturalny żytni), masło(10g)-( <b>mleko</b> ), indyk opiekany(20g), pomidor(20g), sałata, szczypiorek, mięta(200ml)	Rosół z makaronem(250g), marchewka(10g), por(5g), pietruszka(5g), <b>seler</b> (5g), indyk(30g), wołowina(30g), makaron(20g),(mąka pszenna- <b>gluten, jajko</b> ) natka. Nugetsy z kurczaka pieczone, filet kurczaka(70g),(bułka tarta-pszenna,- <b>gluten, jajko</b> ), olej rzepakowy , ziemniaki gotowane, posypane koperkiem(100g), Mizeria ze świeżego ogórka(85g), ogórek(60g), śmietana12%(10g)- <b>mleko</b> , jogurt naturalny(15g)- <b>mleko</b> , szczypiorek Kompot malinowy(200ml)	Maślanka naturalna (100g)- ( <b>mleko</b> ) z bananem(50g), rogalik drożdżowy(50g), ( <b>mleko, jaja</b> , mąka pszenna- <b>gluten</b> , drożdże) jabłko(100g)
<b>ŚRODA</b> 02.04.2025	Kawa inka(10g) na <b>mleku</b> (200ml) Pieczywo żytnie(1,5kr) (mąka graham, mąka żytnia,- <b>gluten</b> , sól, drożdże, woda, kwas naturalny żytni), masło(7g)-( <b>mleko</b> ), polędwica sopocka(15g), serek śmietankowy(10g)- <b>mleko</b> , ogórek(25g), szczypiorek, morele(20g) rumianek(200ml).	Zupa grochowa z ziemniakami(250g), groch(30g)- <b>soja</b> , marchewka(10g), pietruszka(5g), <b>seler</b> (5g), por(5g), ziemniaki(50g), natka. Leczo z indyka duszone z warzywami (200g), indyk(70g), marchewka(10g), pietruszka(5g), seler(5g), bakłażan(20g), cukinia(20g),cebula(10g), kasza gryczana(100g)- <b>gluten</b> , Marchewka z jabłkiem(80g), marchewka(60g), jabłko(20g), oliwa z oliwek(60g). Kompot truskawkowy(200ml)	Ryż z musem jogurtowo-owocowym(150g), jogurt naturalny(20g)- <b>mleko</b> , porzeczką(20g), ryż ugotowany(100g), rumianek(200g), banan(120g)
<b>CZWARTEK</b> 03.04.2025	Płatki musli(20g)-( <b>jęczmień, żyto</b> ) na mleku(200g)- <b>mleko</b> , Pieczywo pszenno-żytnie(1kr)-(mąka żytnia, pszenna,- <b>gluten</b> , sól, woda, kwas naturalny żytni), masło(10g)- <b>mleko</b> , szynka(20g), ogórek kiszony (20g), żurawina(20g), Herbata z cytryną(200ml)	Zupa jarzynowa z ziemniakami(250g), ziemniaki(50g), <b>seler</b> (5g), marchewka(10g), por(5g), pietruszka(5g), mieszanka warzywna(40g), śmietana 12%(10g)- <b>mleko</b> , natka pietruszki. Pieczeń w sosie pomidorowym (200g), szynka(70g), kasza bulgur- ugotowana(100g), cebula, natka pietruszki, marchewka(10g), koncentrat pomidorowy(10g), <b>seler(5g)</b> , (bułka pszenna- <b>gluten, jajko</b> , olej rzepakowy, Surówka z białej kapusty, marchewki, jabłka, papryki(100g)	Pieczywo- grahamka(0,5szt.), (mąka graham- <b>gluten</b> , kwas naturalny żytni, woda, drożdże, sól) z masłem(5g)- <b>mleko</b> , ser żółty(20g),- <b>mleko</b> , sałata, rzodkiewka(20g), Herbata z cytryną(200ml), mandarynka(100g)

		kapusta(60g), marchewka(20g), jabłko(10g), papryka(10g), oliwa z oliwek, koper, szczypiorek. Kompot z czerwonej porzeczki(200ml).	
PIĄTEK 04.04.2025	Kakao (10g) na <b>mleku</b> (200g), Pieczywo żytnie(1,5kr)-(mąka żytnia, mąka pszenna- <b>gluten</b> , sól, woda, kwas żytni naturalny),masło(7g)- <b>mleko</b> , twarożek ze szczypiorkiem(15g)-(mleko), jogurt naturalny(5g)- <b>mleko</b> , dżem(10g), ogórek(25g),	Barszcz ukraiński(250ml), marchewka(50g), czosnek(5g), pietruszka(5g), <b>seler</b> (5g), por(5g), buraki(40g), śmietana 12%-(10g)- <b>mleko</b> , fasola(10g)- <b>soja</b> , koper. Ryba pieczona w mące żytniej , miruna (70g)-( <b>ryba</b> ), <b>jajko</b> , mąka żytnia(10g)- <b>gluten</b> , olej rzepakowy, ziemniaki gotowana, posypane koperkiem(100g). Surówka z kiszzonej kapusty, jabłka marchewki(100g), kapusta(60g), jabłko(15g), marchewka(20g),cebula(5g), oliwa z oliwek(5g). Kompot wieloowocowy(200ml)	Sok 100%-200ml herbatniki mini(25g)-( <b>mąka pszenna, jajko</b> )

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

## JADŁOSPIS

TYDZIEŃ II	OBIAD		
PONIEDZIAŁEK 31.03.2025	Zupa krupnik z mięsem, (250g), kasza jęczmienna(15g)- <b>gluten</b> , marchewka(10g), pietruszka(5g), <b>seler</b> (5g), por(5g), indyk(50g), Pieczywo żytnie(1kr)(mąka żytnia, pszenna,- <b>gluten</b> , woda, drożdże, zakwas naturalny żytni). Bułka słodka(100g)-(mąka pszenna- <b>gluten, jaja, mleko</b> , cukier, drożdże), Mandarynka(100g)		
WTOREK 01.04.2025	Nugetsy z kurczaka pieczone z ziemniakami(250g), filet (100g), (bułka tarta-pszenna,- <b>gluten, jajko</b> ), olej rzepakowy, ziemniaki gotowane, posypane koperkiem(150g). Mizeria ze świeżych ogórków, ogórek(80g), śmietana 12%-(15g)- <b>mleko</b> , jogurt naturalny(15g)- <b>mleko</b> , szczypiorek(2g), . Sok 100% wieloowocowy-200ml,		
ŚRODA 02.04.2025	Zupa grochowa z mięsem (350g), szynka (50g), ziemniaki(50g), groch(40g)-( <b>soja</b> ), <b>seler</b> (5g), pietruszka(5g), marchewka(10g), Pieczywo graham(1kr), (mąka orkiszowa, pszenna- <b>gluten</b> , sól, woda, zakwas naturalny żytni, drożdże), kiełbasa(20g). Banan (120g)		
CZWARTEK 03.04.2025	Pieczeń w sosie pomidorowym z kaszą bul gur (250g), szynka(100g), kasza ugotowana(150) ,koncentrat pomidorowy(15g), olej rzepakowy, cebula, <b>jajko</b> , marchewka(10g), pietruszka(5g), por(5g), <b>seler</b> (5g), mąka pszenna- <b>gluten</b> Surówka z białej kapusty, marchewki, jabłka, papryki(120g), marchewka(20g), jabłko(10g), papryka(10g), kapusta(80g), oliwa z oliwek, koper, szczypiorek. Pomarańcza(100g),		
PIĄTEK 04.04.2025	Ryba pieczona w mące żytniej z ziemniakami(250g), miruna(100g)-( <b>ryba</b> ), olej rzepakowy, <b>jajko</b> , mąka żytnia- <b>gluten</b> . Ziemniaki gotowane posypane koperkiem(150g).		

	Surówka z kiszonej kapusty(120g), kapusta(80g), jabłko(15g), marchewka(15g),cebula(10g), oliwa z oliwek 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: