

JADŁOSPIS OD DNIA 18.09.2023 do 29.09.2023



|                                                                   |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Poniedziałek</b><br/><b>18.09.2023</b></p> <p>Kcal 1050</p> | <p>Bułki kukurydziane 50g<br/>( mąka pszena, jaja )<br/><b>masło 5 g</b> ,<br/>szynka wieprzowa 30g<br/>/ soja/<br/>rzodkiewka 30 g,<br/>kawa Inka z <b>mlekiem</b><br/>(jęczmień, żyto ) 200 ml</p> | <p>Krem z białych warzyw z grzankami 250ml<br/>wywar warzywny, <b>seler</b>, ziemniaki, boczek , cebula, mąka <b>pszenna</b> , ziola, przyprawy<br/>ryż z truskawkami jogurtem 150g/50ml<br/>/masło, jogurt, cukier/<br/>herbata owocowa 200ml</p>                                                                                                                                                   | <p>Chleb mieszany<br/>( mąka <b>pszenna</b>)30g<br/><b>masło 5 g</b><br/><b>jajko 25g</b>, szczypiorek<br/>herbata z cytryną</p>     |
| <p><b>Wtorek</b><br/><b>19.09.2023</b></p> <p>Kcal 1110</p>       | <p>Płatki kukurydziane z <b>mlekiem</b> 200ml<br/>chleb graham 30g<br/>( mąka pszena, jaja )<br/><b>masło 5 g</b> ,<br/>dżem truskawkowy 20g ,<br/>herbata miętowa 200 ml</p>                        | <p>Zupa koperkowa z ryżem 250 ml<br/>wywar mięsno- warzywny, koper, <b>seler</b>, ryż , ziola, przyprawy<br/>ziemniaki z masłem 120g<br/>/ masło/<br/>sznyceł wieprzowy 70g<br/>/ szynka wieprzowa , cebula, bułka <b>pszenna</b>, jaja, olej/<br/>surówka colesław 80g<br/>/ kapusta biała, cebula, jabłko, kukurydza, <b>majonez</b>, jogurt /<br/>kompot jabłkowo gruszkowy z cynamonem 200ml</p> | <p>Salatka owocowa 120g<br/>/ arbuz, gruszka, jabłko/<br/>biszkopty 20g<br/>/mąka <b>pszenna</b>, jaja, mleko/</p>                   |
| <p><b>Środa</b><br/><b>20.09.2023</b></p> <p>Kcal 1130</p>        | <p>Chleb mieszany<br/>( mąka <b>pszenna</b>, jaja)50 g ,<br/><b>masło 10 g</b> ,<br/>schab po królewsku 30g ,<br/>sałata, pomidor 30 g ,<br/>herbata z <b>mlekiem</b> 200 ml</p>                     | <p>Zupa z groszku żółtego przecierana z ziemniakami, zieloną pietruszką 250 ml<br/>wywar warzywny, <b>seler</b>, groch, ziemniaki, żeberka wędzone, mąka <b>pszenna</b>, ziola, przyprawy<br/>kokardy makaronowe z serem 150 g ,<br/>jogurt waniliowy 60ml<br/>mąka <b>pszenna</b>, jaja, mleko, twaróg półtłusty, jogurt, masło<br/>herbata z cytryną , pomarańczą 150ml</p>                        | <p>Jagodzianki domowe 80g<br/>/mąka <b>pszenna</b>, mleko, jaja, drożdże, jagody,<br/>cukier/<br/>bawarka z <b>mlekiem</b> 120ml</p> |

|                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Czwartek</b><br/><b>21.09.2023</b></p> <p>Kcal 1080</p>     | <p>Bułki kajzerki 50g<br/>( mąka pszenna, jaja)<br/><b>masło 10 g ,</b><br/><b>ser żółty 30 g,</b><br/>ogórek zielony,<br/>kawa Inka z <b>mlekiem 200ml</b><br/>( jęczmień, żyto)</p>                                                                              | <p>Zupa ogórkowa z ziemniakami 250 ml<br/>Wywar mięsno- warzywny, <b>seler</b>, ogórki kiszone , <b>śmietana</b> , ziola, przyprawy<br/><b>kasza jęczmienna 40g</b><br/><b>gulasz wieprzowy 70g/60ml</b><br/>/ szynka wieprzowa, cebula, olej, mąka ziemniaczana/<br/><b>surówka wielowarzynna 80g</b><br/>/kukurydza ,papryka, ogórek zielony, sałata lodowa, marchew, <b>jogurt naturalny/</b><br/><b>kompot truskawkowy 200 ml</b></p> | <p>Smoothe z banana i kiwi 150 g<br/>wafelek ryżowy 20 g</p>                                                                                                                                      |
| <p><b>Piątek</b><br/><b>22.09.2023</b></p> <p>Kcal 1160</p>       | <p>Chleb mieszany 50g<br/>( mąka pszenna)<br/><b>masło 5 g</b><br/>pasta szpinakowa z serem40g<br/>/szpinak liście <b>twaróg, jogurt</b>, cytryna ,przyprawy/<br/>pomidor b/s 30g<br/>kakao na <b>mleku 200 ml</b></p>                                             | <p><b>Barszcz czerwony z fasolką , ziemniakami 250 ml</b><br/>/buraki, wywar mięsno- warzywny, <b>seler</b>, cebula ziola, przyprawy , <b>śmietana</b><br/><b>ziemniaki z koperkiem120g</b><br/><b>paluszki rybne 80g</b><br/><b>mintaj, mąka pszenna, jaja, olej</b><br/><b>surówka z kiszonej młodej kapusty 70g</b><br/><b>kompot jabłkowy 200ml</b></p>                                                                               | <p>Rogalik drożdżowy 50g<br/>/mąka <b>pszenna, jaja, mleko, drożdże/</b><br/><b>bawarka 150ml</b><br/>/mleko/</p>                                                                                 |
| <p><b>Poniedziałek</b><br/><b>25.09.2023</b></p> <p>Kcal 1135</p> | <p>Chleb ze słonecznikiem 50g<br/>( mąka pszenna, jaja)<br/><b>masło 5 g ,</b><br/>parówki z szynki 90% 80g<br/>/soja/<br/>ketchup domowy 10g<br/>/pomidor, cebula, czosnek, oliwa, cukier<br/>papryka czerwona paski 15 g<br/>bawarka z <b>mlekiem 200 ml</b></p> | <p><b>Krupnik z kaszą pęczak 250ml</b><br/>/ marchew, pietruszka, <b>seler</b>, por, kasza <b>jęczmienna, śmietana/</b><br/><b>pampuchy na parze 150g</b><br/>/ <b>masło, mąka pszenna, jaja, drożdże, cukier/</b><br/><b>mus mango 80ml</b><br/><b>kompot wieloowocowy 150 ml</b></p>                                                                                                                                                    | <p>Chlebek chrupki 20g<br/>/ mąka <b>pszenna pełnoziarnista, żytnia</b> ,pestki dyni /<br/><b>pasta z sera z szynką 30g</b><br/><b>ogórek zielony 20g</b><br/><b>herbata z cytryna 150 ml</b></p> |
| <p><b>Wtorek</b><br/><b>26.09.2023</b></p> <p>Kcal 1060</p>       | <p>Bułki kukurydziane 50g<br/>( mąka pszenna, jaja)<br/><b>masło 5 g ,</b><br/><b>twaróg ze szczypiorkiem, ogórkiem</b><br/><b>i rzodkiewką 40 g ,</b><br/><b>herbata z pomarańczą 200 ml ,</b></p>                                                                | <p><b>Zupa pomidorowa z ryżem 250 ml</b><br/>wywar mięsno- warzywny, pomidory pellati, <b>seler</b>, ryż , ziola, <b>śmietana</b><br/><b>ziemniaki z koperkiem 120g</b><br/>/ <b>masło/</b><br/><b>pulpeciki w sosie koperkowym 70 g,</b><br/>udziec z kurczaka, mąka <b>pszenna, jaja, bułka pszenna</b>, olej rzepakowy, ziola, przyprawy<br/><b>surówka z marchwi 80g</b><br/><b>kompot truskawkowy 200 ml</b></p>                     | <p><b>Serek owocowy 150 g ,</b><br/><b>wafle ryżowe,</b><br/><b>herbata z maliną150ml</b></p>                                                                                                     |
| <p><b>Środa</b><br/><b>27.09.2023</b></p> <p>Kcal 1180</p>        | <p>Bułki z dynią 50g<br/>(mąka pszenna, jaja)<br/><b>masło 5 g</b><br/>pasta <b>jajeczna ze szczypiorkiem 50 g ,</b><br/>kawa Inka z <b>mlekiem 200ml</b><br/>( jęczmień, żyto )</p>                                                                               | <p><b>Zupa jarzynowa z makaronem 250 ml</b><br/>marchew, pietruszka, por, kapusta włoska , <b>seler</b>, makaron <b>pszenny jajeczny , śmietana 18%,</b><br/><b>ziemniaki z koperkiem 120g</b><br/><b>kotlet devolay z kurczaka 80g</b><br/>/filet z kurczaka, mąka <b>pszenna, jaja, mleko, olej</b><br/><b>mizeria z jogurtem naturalnym 80g</b><br/><b>herbata owocowa 200ml</b></p>                                                   | <p><b>Koktajl borówkowy, ciasteczka</b><br/><b>zbożowe</b><br/>/ <b>jogurt, płatki owsiane, jaja, orzechy,</b><br/><b>mleko, rodzyunki/</b></p>                                                   |

|                                                               |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Czwartek</b><br/><b>28.09.2023</b></p> <p>Kcal 1090</p> | <p><i>Płatki cynamonowe na mleku 200 ml ,<br/>bułki graham 30g<br/>(mąka pszenna, jaja)<br/>masło 5 g ,<br/>szynka wieprzowa (soja) 30 g<br/>pomidory 30 g ,<br/>herbata pomarańczowa 200 ml</i></p> | <p><i>Bulion warzywny z kluseczkami 250 ml<br/>Wywar warzywny, seler, kurczak, zioła, przyprawy ,makaron pszenny jajeczny<br/>kasza bulgur 40g<br/>bitka wieprzowa w sosie 80 g<br/>/ schab, mąka pszenna, cebula, olej /<br/>surówka z buraczków 80 g<br/>kompot 200 ml</i></p>                                                                                   | <p><i>Kolorowa galaretka z owocami<br/>150g<br/>Żelatyna, cukier, brzoskwinia<br/>chrupki kukurydziane 30g</i></p> |
| <p><b>Piątek</b><br/><b>29.09.2023</b></p> <p>Kcal 1160</p>   | <p><i>Chleb pszenny 50g<br/>(mąka pszenna, jaja)<br/>masło 5 g ,<br/>pasta fasolowa z ziołami 30g<br/>szynka drobiowa 15g (soja)<br/>herbata z mlekiem 200 ml</i></p>                                | <p><i>Biały barszcz z ziemniakami 250 ml<br/>wywar mięsno- warzywny, seler, śmietana, mąka pszenna , żytnia , zioła, przyprawy<br/>puree ziemniaczane z koperkiem 120g ,<br/>fishburger70 g ,<br/>miruna filet, jaja, bułka pszenna<br/>surówka wiosenna 80 g ,<br/>/kapusta pekińska,kukurydza,marchew,papryka,jogurt,majonez/<br/>kompot śliwkowy 200 ml</i></p> | <p><i>Budyń kakaowy z gruszką 120ml<br/>(mleko, masło, mąka ziemniaczana, jajko<br/>wafelek ryżowy 15g</i></p>     |

Zastrzegamy sobie prawo do niewielkich zmian w jadłospisie .

Zgodnie z załącznikiem nr 2 do rozporządzenia 1166/2011 w jadłospisie wyróżniono pogrubieniem substancje lub produkty powodujące alergie.



