

JADŁOSPIS 23-27.09

✓ PONIEDZIAŁEK

DRUGIE ŚNIADANIE:

PANCAKES Z KONFITURAMI:
 MAKA(90G), JAJA KURZE(25G), MLEKO(20ML) / DO WYBORU
 RÓŻNE KONFITURY(15G)
 ALERGEN: GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA
 KROWIEGO, LAKTOZA), JAJA
MIĘTA:
 NAPAR Z MIĘTY(200ML), MIÓD (5G)
 ALERGEN: MIÓD

OBIAD:

ŻUREK:
 WŁOSZCZYŻNA BEZ SELERA(35G), ŚMIETANA 9%(10G),
 KIEŁBASA WIEPRZOWA(10G), ZIEMNIAKI(50G), CEBULA(3G),
 CZOSNEK(1G) ZAKWAS(20G), MAJERANEK(2G)
 ALERGEN: GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA
 KROWIEGO, LAKTOZA)

MAKARON Z TWAROGIEM POLANY

ŚMIETANĄ I MUSEM OWOCOWYM:

MAKARON(40G), SER TWAROGOWY PÓTLŹYSTY(50G),
 ŚMIETANA 9%(20G), TRUSKAWKI(30G)
 ALERGEN: GLUTEN, JAJA, MLEKO (BIAŁKO MLEKA
 KROWIEGO, LAKTOZA)

KOMPOT:

KOMPOT Z OWOCÓW SEZONOWYCH(200ML)
 ALERGEN: BRAK

PODWIECZOREK:

KOKTAJL TRUSKAWKOWY:

JOGURT NATURALNY(80ML), MAŚLANKA
 NATURALNA(100ML), TRUSKAWKI(25G)
 ALERGEN: MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO,
 LAKTOZA), TRUSKAWKI

OWOCE SEZONOWE(50G)

ALERGEN: BRAK

WAFEL PSZENNO-RYŻOWY(12G)

ALERGEN: GLUTEN

✓ WTOREK

DRUGIE ŚNIADANIE:

**KANAPKI Z FILETEM ZŁOCISTYM Z
 INDYKA:**
 WYBÓR PIECZYWA(25G): ŻYTNIE RAZOWE, ŻYTNIE RAZOWE ZE
 SŁONECZNIKIEM LUB DYNIĄ, PSZENNE NA NATURALNYM
 ZAKWASIE Z ZIARNAMI LUB GRAHAM / PIECZONY FILET Z
 INDYKA(30G), MASŁO(5G)
 ALERGEN: GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA
 KROWIEGO, LAKTOZA)
HERBATA Z CYTRYNĄ:
 NAPAR Z CZARNEJ HERBATY (200ML), CYTRYNA(3G), MIÓD(5G)
 ALERGEN: MIÓD

OBIAD:

ROSÓŁ Z MAKARONEM:

WŁOSZCZYŻNA BEZ SELERA(50G), KURCZAK TUSZKA(25G),
 WOŁOWINA(30G), MAKARON DWUJAJECZNY(30G),
 PIETRUSZKA(3G), LUBCZYK(1G)
 ALERGEN: GLUTEN, JAJA

KOTLET SCHABOWY, ZIEMNIAKI,

SURÓWKA SAŁATA Z JOGURTEM:

SMAŻONY SCHAB(90G), JAJA KURZE(3G), BUŁKA TARTA(5G), OLEJ
 RZEPAKOWY(5G) / ZIEMNIAKI GOTOWANE(150G) /
 SAŁATA(90G), JOGURT NATURALNY(20G)
 ALERGEN: GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA
 KROWIEGO, LAKTOZA), JAJA

KOMPOT:

KOMPOT Z OWOCÓW SEZONOWYCH(200ML)
 ALERGEN: BRAK

PODWIECZOREK:

MUS CZEKOLADOWY:

MLEKO(50ML), KAKAO(20G), MIÓD(5G)
 ALERGEN: MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO,
 LAKTOZA), MIÓD, JAJA, KAKAO (PROSZEK)

CHRUPKI KUKURYDZIANE(10G)

ALERGEN: BRAK

✓ ŚRODA

DRUGIE ŚNIADANIE:

OWSIANKA: Z RODZYNKAMI I ORZECHAMI:
 MLEKO 2.0%(150ML), PŁATKI OWSIANE(25G), RODZYNKI(5G), ORZECHY
 LASKOWE(3G)
 ALERGEN: GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA),
 ORZECHY LASKOWE
**PIECZYWO Z TWAROŻKIEM Z RZODKIEWKĄ I
 SZCZYPIORKIEM:**
 WYBÓR PIECZYWA(25G): ŻYTNIE RAZOWE, ŻYTNIE RAZOWE ZE SŁONECZNIKIEM
 LUB DYNIĄ, PSZENNE NA NATURALNYM ZAKWASIE Z ZIARNAMI LUB GRAHAM,
 SER TWAROGOWY (30G), RZODKIEWKA(10G), SZCZYPIOR(3G)
 ALERGEN: GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA)
HERBATA:
 NAPAR Z CZARNEJ HERBATY(200ML)
 ALERGEN: BRAK

OBIAD:

KRUPNIK Z KASZĄ WIEJSKĄ:

WŁOSZCZYŻNA BEZ SELERA(65G), KURCZAK TUSZKA(15G), KASZA
 JĘCZMIENNA(30G), ZIEMNIAKI(30G), NATKA(10G)
 ALERGEN: GLUTEN

PIEROGI Z MIĘSEM LUB RUSKIE, SURÓWKA Z BIAŁĄ

KAPUSTY Z KOPERKIEM:

MAKA(90G), JAJA KURZE(25G), MIĘSO WIEPRZOWO-WOŁOWE(60G) LUB
 ZIEMNIAKI(20G), SER BIAŁY(20G), CEBULA(10G), MASŁO(2G) / BIAŁA
 KAPUSTA(75G), MARCHEW(20G), KOPEREK(5G), SOK Z CYTRYNY(5G)
 ALERGEN: GLUTEN, JAJA, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO,
 LAKTOZA)

KOMPOT:

KOMPOT Z OWOCÓW SEZONOWYCH(200ML)
 ALERGEN: BRAK

PODWIECZOREK:

BABECZKI A'LA CUPACAKE(50G)

ALERGEN: GLUTEN, JAJA, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO,
 LAKTOZA)

LEMONIADA:

WODA NIEGAZOWANA(200ML), CYTRYNA(3G), MIÓD(5G)
 ALERGEN: MIÓD

✓ CZWARTEK

DRUGIE ŚNIADANIE:

JAJKA W DOMOWYM MAJONEZIE Z PIECZYWEM I WARZYSWAMI:
WYBÓR PIECZYWA(25G): ŻYTNIE RAZOWE, ŻYTNIE RAZOWE ZE SŁONECZNIKIEM LUB DYNIA,
PSZENNE NA NATURALNYM ZAKWASIE Z ZIARNAMI LUB GRAHAM / JAJA(KURZE(50G),
MAJONEZ(10G), PAPRYKA(10G), OGÓREK(10G), RZODKIEWKA(10G), SAŁATA(10G), MASŁO(5G)
ALERGEN: GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA), JAJA

OBIAD:

JARZYNOWA:

MARCHEW(20G), PIETRUSZKA(5G), SELER(5G), FASOLKA SZPARAGOWA(20G), GROSZEK
ZIEŁONY(10G), KURCZAK TUSZKA(15G), CEBULA(10G), ZIEMNIAKI(50G), LUBCZYK(1G)
ALERGEN: SELER

KURCZAK Z BROKUŁAMI W SOSIE ŚMIETANOWYM, RYŻ

PARABOLICZNY:

DUSZONA PIERŚ KURZA(70G), ŚMIETANA 9%(20G), SER ŚMIETANKOWY(10G), BROKUŁY(60G),
CEBULA(20G), CZOSNEK(2G), BAZYLIA(1G), RYŻ PARABOLICZNY(40G)
ALERGEN: GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA), JAJA

KOMPOT:

KOMPOT Z OWOCÓW SEZONOWYCH(200ML)
ALERGEN: BRAK

PODWIECZOREK:

ZAPIEKANKI:

PIECZYWO(25G), SER ŻÓŁTY(20G), KETCHUP(5G)
ALERGEN: GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA)

SOK:

POMARAŃCZOWY(200ML)
ALERGEN: CYTRUSY

✓ PIĄTEK

DRUGIE ŚNIADANIE:

KANAPKI Z ŻÓŁTYM SEREM:

WYBÓR PIECZYWA(25G): ŻYTNIE RAZOWE, ŻYTNIE RAZOWE ZE SŁONECZNIKIEM LUB DYNIA, PSZENNE NA
NATURALNYM ZAKWASIE Z ZIARNAMI LUB GRAHAM, SER ŻÓŁTY(30G), MASŁO(5G)
ALERGEN: GLUTEN, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA)

PŁATKI Z MIODEM NA MLEKU:

PŁATKI KUKURYDZIANE(30G), MLEKO 2.0%(200ML), MIÓD(5G)
ALERGEN: MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA), MIÓD

HERBATA Z CYTRYNĄ:

NAPAR Z CZARNEJ HERBATY (200ML), CYTRYNA(3G), MIÓD(5G)
ALERGEN: MIÓD

OBIAD:

BARSZCZ UKRAIŃSKI:

BURAK(100G), WŁOSZCZYŻNA BEZ SELERA(60G), FASOLA(10G), ZIEMNIAKI(30G), ŚMIETANA 9%(10G)
ALERGEN: MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA)

KOTLET RYBNY, ZIEMNIAKI, SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY:

MIELONY FILET MINTAJA(80G), BUŁKA TARTA(5G), JAJA KURZE(2G), NATKA(3G) / ZIEMNIAKI
GOTOWANE(150G) / KAPUSTA KISZONA(80G), MARCHEW(15 G), JABŁKO(15G), CEBULA(5G), OLEJ
SŁONECZNIKOWY(5G), SOK Z CYTRYNY(3G)

ALERGEN: GLUTEN, JAJA, RYBA
LUB ZAMIENNIK RYBY

RISSOTO Z WARZYSWAMI I PARMEZANEM:

RYŻ(40G) / BULION, WARZYWNY(100ML, MARCHEW(70G), SELER(15G), POR(10G), CUKINIA(20G),
PAPRYKA(10G), CEBULA(5G), CZOSNEK(2G), PARMEZAN(20G), OLIWA Z OLIVEK(5G)
ALERGEN: SELER, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA)

KOMPOT:

KOMPOT Z OWOCÓW SEZONOWYCH(200ML)
ALERGEN: BRAK

PODWIECZOREK:

CIASTO DROŻDŻOWE(40G)

ALERGEN: GLUTEN, JAJA, MLEKO (BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, LAKTOZA)

HERBATA:

NAPAR Z CZARNEJ HERBATY(200ML)
ALERGEN: BRAK

DODATKOWO DO OBIADU KAŻDEGO DNIA SERWOWANE JEST JABŁKO / OWOC SEZONOWY

Smacznie!