

Jadłospis od 16 do 27 wrzesień 2024r.

16 wrzesień 2024r. Poniedziałek	Alergen Y laktoza gluten jajko seler
ŚNIADANIE: Kakao /mleko2%+naturalne kakao/200 ml, pieczywo mieszane, masło Osełka 90g, ser Królewski 25g, szczypior, ogórek zielony, pomidor, rukola25g. Herbata z cytryną. Jabłko.	
OBIAD : Zupa jarzynowa zabieleniana z ryżem Sonko, zielenina 250 ml /marchewka, pietruszka, seler, cebula, czosnek, włoszczyzna, zielona pietruszka, pora, groszek zielony, śmietana, przyprawy ziołowe/. Makaron kokardy ze szpinakiem i mięsem /filet z kurczaka/ 180 g. Kompot owocowy. 250 ml.	
PODWIECZOREK: Serek homogenizowany 160g, bułeczka maślana 1 szt. Herbata malinowa z cytryną.	około: 1 kcal
17 wrzesień 2024r. Wtorek	Alergen Y laktoza gluten seler jajko gorczyca siemie Iniane
ŚNIADANIE: Kasza kuskus na mleku /mleko 2%/, pieczywo razowe, masło Osełka 90g, szynka 25g, ogórek zielony, rzodkiewki, rukola, papryka, szczypior 25g. Herbata z cytryną. Śliwka.	
OBIAD : Zupa pomidorowa z makaronem , zielenina 250 ml/mięso drobiowe, pomidory, przecier pomidorowy Pudliszki, makaron wielicki muszelki, seler, włoszczyzna, jogurt grecki, śmietana, zielona pietruszka, przyprawy smakowe ziołowe /. Kaszotto 180g / mięso wieprzowe z szynki, kasza gruba jęczmienna, cebula, czosnek, marchew, papryka, groszek, zielenina/. Kompot owocowy 200 ml.	około: 1 kcal
PODWIECZOREK: Jogurt domowy z owocami /jogurt naturalny , siemie Iniane, Borówka, malina, truskawka/, chrupki kukurydziane.	
18 wrzesień 2024r. Środa	Alergen Y laktoza gluten seler jajko gorczyca
ŚNIADANIE: Kawa zbożowa Anatol /mleko 2%/, 200 ml, pieczywo mieszane, masło 90g, parówka 1 szt, łagodny ketchup, musztarda ,szczypior, rzodkiewka, pomidor, ogórek, sałata, rukola 25g. Herbata. Jabłko.	
OBIAD : Żurek z ziemniakami, jajko 250ml /barszcz biały, marchew, seler, pietruszka, włoska kapusta, pora, ziemniaki, jajko, zielona pietruszka/. Makaron rurki z białym serem półtłustym, masło , cukier 180g. Surówka marchewka z jabłkiem, jogurt 100g. Kompot owocowy 200 ml.	około: 1 kcal
PODWIECZOREK: Pieczywo Wasa, ser almette , warzywa. Herbata z miodem.	
19 wrzesień 2024r. Czwartek	Alergen

<p>ŚNIADANIE: Kakao 200 ml /naturalne+ mleko 2%/ , pieczywo mieszane, masło Osełka 90g, kielbasa krakowska 25g .Pomidor, ogórek zielony, szczypiorek, rzodkiewka, rukola 25g. Herbata. Śliwka.</p> <p>OBIAD : Rosół z makaronem, zielenina 250 ml /mięso wołowe rosółowe, mięso z kaczki świeżej, pietruszka, marchew, seler, włoszczyzna, zielona pietruszka, czosnek, cebula, przyprawy ziołowe/.</p> <p>Ziemniaki ze szczypiorem 180 g. sznycel wołowo- wieprzowy 80g. Surówka z ogórka zielonego, pomidora 100g. Kompot owocowy 200ml.</p> <p>PODWIECZOREK: Drożdżowa bułeczka/ własny wyrób/-/mąka, jaja,drożdże, cukier, masło, mleko, powidło/.Herbata melisa, miód.</p>	<p>Y laktoza gluten gorczyca jajko seler</p> <p>około: 1 kcal</p>
<p>20 wrzesień 2024r. Piątek</p>	
<p>ŚNIADANIE: Płatki owsiane z malinami /mleko2%/ , pieczywo mieszane, masło Osełka 90g, biały ser półtłusty ze szczypiorkiem 25g.Pomidor, ogórek zielony, rzodkiewki,rukola. Herbata. Jabłko, kalarepka, śliwka.</p> <p>OBIAD : Zupa krem z brokuł, grzanki , zielenina 250 ml / brokułu, seler, włoska kapusta, ziemniaki,marchew, pietruszka, pora,seler, czosnek, zielona pietruszka, śmietana, przyprawy ziołowe/. Ziemniaki, koperek zielony 200g, ryba po grecku 80g. Surówka z białej kapusty/ kapusta, marchewka, koperek/ 100g. Kompot 200ml.</p> <p>PODWIECZOREK: Kisiel domowy /woda, mąka skrobiowa, cukier trzcinowy/. Pałki kukurydziane. Banan .</p>	<p>Alergen Y laktoza gluten seler białko rybne</p> <p>około: 1 kcal</p>
<p>23 wrzesień 2024r. Poniedziałek</p>	
<p>ŚNIADANIE: Kawa Inka/ mleko2%/ , pieczywo mieszane, masło Osełka 90g,kielbasa krakowska 25g , szczypiorek, pomidor, ogórek zielony, sałata zielona 25g,Herbata, cytryna. Jabłko.</p> <p>OBIAD : Zupa krupnik warzywny, zielenina, koper 250 ml / marchew , piertruszk, seler, pora, włoszczyzna, śmietana/. Łazanki z kapustą białą , kielbasą 180g /makaron łazanki, kapusta biała, szlachecka kielbasa, olej, cebula/. Kompot owocowy 200 ml.</p> <p>PODWIECZOREK: Rogal maślany, masło, ser biały śniadaniowy. Bawarka/ herbata + mleko/. Arbuz.</p>	<p>Alergen Y laktoza gluten seler</p> <p>około: 1 kcal</p>
<p>24 wrzesień 2024r. Wtorek</p>	
<p>ŚNIADANIE: zupa mleczna 250 ml /mleko2%+ kulki wielozbożowe/, pieczywo mieszane, masło 90g, pasta z makreli 25g, sałata zielona, ogórek zielony papryka 25g.Herbata. Śliwki, jabłko.</p> <p>OBIAD : Zupa ogórkowa z zacierkami, zielenina 250 ml/ ogórki, włoszczyzna, seler, masło, śmietana, jogurt/.Ziemniaki z koperkiem 200g, filet z kurczaka w panierce</p>	<p>Alergen Y laktoza gluten seler jajko gorczyca</p>

<p>80g. Surówka z buraków czerwonych z fetą 100 g. Kompot 200 ml.</p> <p>PODWIECZOREK: Domowe ciasto ucierane/ mąka, jaja, masło, owoce, cukier/ własny wypiek. Herbata z imbirem, modelem.</p>	<p>białko rybne około: 1 kcal</p>
<p>25 wrzesień 2024r. Środa</p> <p>ŚNIADANIE: Kakao / mleko2%+kakao naturalne/, pieczywo mieszane, masło Osełka 90g,</p> <p>pasztet domowy z drobiu /własny wyrób/25 g/mięso drobiowe, wątróbka, jajka, przyprawy do potraw ziołowe/, szczypior, ogórek kiszony, pomidor, rukola 25g. Herbata. Gruszka.</p> <p>OBIAD : Zupa koperkowa, makaron literki, zielona pietruszka 250 ml /koper, pietruszka włoszczyzna, seler, literki Czaniec, przyprawy ziołowe do potraw/.</p> <p>Ryż paraboliczny z nasionami dyni, sezamu , gulasz z szynki wieprzowej 200g.</p> <p>Surówka z selera z brzoskwiną, jogurt 100 g. Kompot 200 ml.</p> <p>PODWIECZOREK: Kanapka /pieczywo orkisz/, masło, almette, pomidory koktajlowe. Herbata owocowa z cytryną</p>	<p>Alergen Y gluten laktoza jaja seler sezam dynia</p> <p>około: 1 kcal.</p>
<p>26 wrzesień 2024r. Czwartek</p> <p>ŚNIADANIE: Kawa z mlekiem 200ml/ mleko, Anatol/, pieczywo mieszane, masło 90g. polędwica Bobrownik bez konserwantów 25g.Pomidory, sałata, rzodkiewki. Jabłko.</p> <p>OBIAD : Zupa – krem z dyni z uprażonymi pestkami dyni, grzanki, zielenina 250 ml /dynia, pestki z dyni, śmietana, marchew, włoszczyzna, seler, przyprawy /.</p> <p>Ziemniaki z koperkiem zielonym 180g, wątróbka duszona z cebulą 80g, Buraki czerwone z paprką, oliwka z oliwek 100g. Kompot owocowy 200 ml.</p> <p>PODWIECZOREK: Maślanka z owocami/truskawka, malina, jagody,siemie lniane/. Słomka ptysiowa. Banan.</p>	<p>Alergen Y laktoza gluten seler jajko dynia</p> <p>około: 1 kcal</p>
<p>27 wrzesień 2024r. Piątek</p> <p>Śniadanie :Zupa mleczna /mleko 2%/ z płatkami śniadaniowymi Corn Flakes 250 ml. Pieczywo, masło 90g, bryndza/ser biały półtłusty, ryba tuńczyk, szczypior/25g.</p> <p>Rukola, rzodkiewki, ogórek kiszony 25g. Herbata. Jabłko</p> <p>OBIAD : Zupa węgierska z ziemniakami zielenina 250 ml /mięso wołowe, cebula, papryka, seler, por, marchew, włoska kapusta/. Makaron pene z mozzarellą, pomidorami 200g. Kompot 200ml.</p> <p>PODWIECZOREK : Ciasto drożdżowe z owocami/ własny wyrób /mąka, owoce, jaja, drożdże, cukier, mleko, masło/.Herbata imbirowa z cytryną, miodem.</p>	<p>Alergen Y Laktoza gluten biało rybne jajko</p> <p>około: 1 kcal</p>

Woda mineralna niegazowana bez ograniczeń.

Zastrzegamy zmiany w jadłospisie spowodowane organizacją

Intendentka:
Grażyna Oprych

Kucharka:
Jadwiga Suślik

Z-ca dyrektora:
Kamila Moćko