JADŁOSPIS „0”

29.01- 9.02.2024

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Data | I śniadanie | II śniadanie | Obiad | Podwieczorek |
| 1 | 29.01.24 poniedzialek | Kulki miodowe z mlekiem250ml szynka drobiowa20g ser żółty10g ogórek świezy20g masło20g pieczywo razowe150g | Owoc 1szt | Zupa jarzynowa250ml , makaron spaghetti z mięsem i sosem bolońskim250g kompot owocowy250ml pieczywo | Jogurt owocowy150ml |
| 2 | 30.01.24 wtorek | Kawa inka150ml kiełbasa krakowska sucha20g ogórek swiezy20g masło20g , pieczywo razowe150g herbata z cytryna150ml | Paluch z makiem | Zupa pomidorowa z ryżem250ml , kotlet pożarski100g ziemniaki z koperkiem150g surówka z kapusty kolorowej100g kompot owocowy150ml pieczywo mieszane | Marchewka mini |
| 3 | 31.01.24 środa | Płatki owsiane z mlekiem250ml , jajko gotowane50g pomidor/sałata10g masło20g pieczywo razowe150g herbata150ml | Mandarynka | Krupnik z kaszy pęczak300ml , kotlet schabowy panierowany100g ziemniaki100g surówka z marchwi ze słonecznikiem100g kompot owocowy250ml pieczywo mieszane | Ciasteczko zbozowe50g |
| 4 | 1.02.24 czwartek | Kakao z mlekiem150ml , wędlina drobiowa30g pieczywo razowe200g herbata250ml ogórek świeży/sałata20g | Ciasteczko zbożowe 1op | Zupa grochowa z kiełbasą300ml , gulasz z indyka80/80 kasza jęczmienna100g surówka z buraczków z jabłkiem100g ziemniaki z koperkiem kompot owocowy250ml , pieczywo mieszane | Budyń z truskawkami150ml |
| 5 | 2.02.24 piątek | Płatki owsiane z mlekiem250ml , twarożek z rzodkiewką20g ogórek świeży/sałata20g masło20g pieczywo razowe100g herbata250ml | Owoc1szt | Barszcz biały z jajkiem300ml , ryba smażona w sosie greckim150g ryż100g jabłko1szt kompot owocowy 250ml pieczywo mieszane | Jogurt owocowy150ml |
| 6 | 5.02.24 poniedziałek | Kawa inka z mlekiem250ml jajecznica na masełku75g dżem pomidor20g masło20g , pieczywo razowe150g | Buła maślana z miodem | Zupa ogórkowa z ziemniakami300ml kotlet mielony100g marchewka z groszkiem100g ziemniaki z koperkiem100g kompot z truskawek 200ml pieczywo mieszane | Mus owocowy100ml |
| 7 | 6.02.24 wtorek | Kasza manna z mlekiem250ml , wędlina drobiowa20g serek kiri10g pomidor/sałata10g herbata z cytryna150ml | Owoc1szt | Rosół z makaronem300ml , udko z kurczaka pieczone100g buraczki zasmażane100g ziemniaki z koperkiem150g kompot wiśniowy150ml , pieczywo mieszane | Ciasteczko zbożowe |
| 8 | 7.02.24 środa | Parówki drobiowe na gorąco z keczupe80g ser żółty20g msałat20g masło20g pieczywo razowe150g herbata250ml | Sok owocowy250ml | Zupa fasolowa250ml , makaron z kurczakiem i szpinakiem180g banan1szt kompot owocowy250ml , pieczywo mieszane150g | Koktajl mleczno-owocowy150ml |
| 9 | 8.02.24 czwartek | Kakao z mlekiem150ml wędlina drobiowa20g sałata30g masło20g , pieczywo razowe150g | Mandarynka | Żurek z kiełbasą250ml pierogi ruskie ze skwarkami250g surówka z marchewki i pory100g kompot owocowy200ml pączek1szt pa grzybowa400ml , kasza jęczmienna20g , karkówka w sosie własnym100/100g , sałatka z ogórka kiszonegi herbata z cytryną250ml | Sok owocowy250ml |
| 10 | 9.02.24 | Kakao z mlekiem250ml , ser zółty20g serek kiri10g pomidor10g masło20g pieczywo razowe150g dżem | Owoc1szt | Barszcz ukraiński300ml , ryba w cieście100g surówka z kapusty kiszonej i marchwi100g ziemniaki z koperkiem100 kompot owocowy150ml pieczywo mieszane | Budyń z truskawkami150ml |

ALERGENY: 1.GLUTEN , 2 SKORUPIAKI i produkty pochodne, 3 JAJA , 4 RYBY , 5 ORZESZKI ZIEMNE

6.SOJA , 7. MLEKO i produkty pochodne(łącznie z laktozą) , 8. ORZECHY 9.SELER

10. GORCZYCA, 11. NASIONA SEZAMU , 12 DWUTLENEK SIARKI.

13. ŁUBIN , 14 MIĘCZAKI

Sporządził