



Jadłospis 30.10.2023r –10.11.2023r

<i>Data</i>	<i>Śniadanie</i>	<i>Obiad</i>	<i>Podwieczorek</i>
<p>Poniedziałek 30.10.2023</p> <p>Kcal 1020</p>	<p>Kakao na mleku 200ml weka / mąka pszena, jaja/ 50g, masło 5g, twarożek 30g dżem truskawkowy b/c 15 g banan 40g</p>	<p>Ziemniaczana 250ml /mieszanka warzywna b/ selera, ziemniaki, mąka pszena, masło/ ryż 40g potrawka z kurczaka 150g/50g /marchew, pietruszka, cebula, seler, koper, mąka ziemniaczana, kurczak/ kompot jabłkowy 200ml</p>	<p>Deser waniliowy na jogurcie z granollą domową 150ml / jogurt, wanilia, cukier, płatki owsiane, orzechy, żurawina/</p>
<p>Wtorek 31.10.2023</p> <p>Kcal 1125</p>	<p>Płatki kukurydziane na mleku 200ml, weka / mąka pszena, jaja/ 30g, masło 5g, ser żółty 20g, rzodkiewka tarta 10g</p>	<p>Krupnik z kaszą pęczak, kurczakiem i natką pietruszki 250ml / marchew, pietruszka, kapusta włoska, pory, kasza jęczmienna, śmietana, bulion mięsny / farfalle z sosem malinowo- jogurtowym</p>	<p>Bawarka na mleku 200ml mini drożdżówki 40g / mąka pszena, jaja, mleko ,drożdże, cukier/</p>

	herbata z sokiem malinowym 200ml	150g/50ml / mąka pszenna , jaja , jogurt , malina, miód, masło / herbata rainbow 150ml	
Czwartek 02.11.2023 Kcal 1100	Kawa zbożowa na mleku 200ml /jęczmień, żyto, mleko / bułka kukurydziana 50g, / mąka kukurydziana, pszenna , jaja / masło 10g, połudwica drobiowa 30g/ soja / ogórek świeży 30g,	Rosół z makaronem 250ml / marchew, pietruszka, pory, kapusta włoska, seler mąka pszenna , jajko ,kurczak, wołowina, natka pietruszki/ kasza bulgur 40g schab duszony w sosie własnym 70g /schab b/k, mąka pszenna , olej, cebula / sałata z pekińskiej kapusty 70g / kapusta pekińska, marchew, cebula, jabłko, śmietana / kompot owocowy 200ml	Budyń czekoladowy 150g /mleko, mąka ziemniaczana, jajko ,kakao/
Piątek 03.11.2023 Kcal 1010	Herbata z cytryną 150ml bułka pszenna 50g, /mąka pszenna , jaja , mleko/ masło 5g, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g, / jaja , majonez, jogurt / ogórek kiszony 30g	Zupa jesienna wielowarzywna z ziemniakami 250ml / dynia, papryka czerwona, marchew, pietruszka, śmietana , bulion mięsny, koper świeży / fishburger 70g / dorsz , jaja , mąka pszenna , cebula, olej/ ziemniaki 120g surówka z kiszonej kapusty 70g / olej, marchew, cebula, jabłko/ kompot wieloowocowy 200ml	Galaretka mleczna z owocami 150ml /żelatyna, mleko , truskawka,/ chrupki kukurydziane 20 g
Poniedziałek 06.11.2023 Kcal 1080	Kawa zbożowa na mleku 200ml /jęczmień, żyto / bułka pszenna 50g, / mąka pszenna , jaja / masło 5g, kielbasa drobiowa 30g/ soja / papryka kolorowa 30g,	Zupa brokułowa z ziemniakami 250ml / brokuł, marchew, pietruszka, cebula, śmietana , bulion mięsny/ spaghetti po włosku 150g / mąka pszenna , jaja , mięso wieprzowe, cebula, olej, pomidory pelłati, oregano / sok owocowy 150 ml	Herbata z sokiem malinowym 150ml weka 30g /mąka pszenna , jaja / masło 5g, ser żółty 15g, cebulka zielona 10g
Wtorek 07.11.2023 Kcal 1120	Kawa na mleku/ żyto, jęczmień/200ml bułka graham 50g / mąka pszenna , jaja ,/ masło 10g,	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową żółtą 250ml / burak, barszcz kiszony, czosnek, marchew, pietruszka, cebula, śmietana , mąka pszenna , bulion mięsny /	Szarlotka 80g / mąka pszenna , jaja , proszek do pieczenia, cukier waniliowy, śmietana , masło / kakao na mleku 150g

	jajecznic a z cebulką zieloną 50g pomidor b/s 40g	gulasz drobiowy 70g/50ml, / szynka wieprzowa, koncentrat pomidorowy 30%, mąka pszenna , olej, cebula, / ziemniaki z koperkiem 120g surówka z marchwi, selera z jabłkiem i jogurtem 80g kompot owocowy 200ml	
Środa 08.11.2023 Kcal 1050	Kawa na mleku / żyto, jęczmień/200ml weka / mąka pszenna , jaja /30g masło 5g, szynka wieprzowa 30g/ soja /, ketchup domowy 10g / pomidor, papryka, olej, zioła/ cząstki jabłka 50g	Zupa ogórkowa z ryżem 250ml /ogórek kiszony, marchew, pietruszka, seler , cebula, bulion drobiowy, śmietana / pierozki leniwe 150g / mąka pszenna , jaja , twaróg , ziemniaki, masło / mus brzoskwiowo - gruszkowy 80g kompot 200ml	Kakao na mleku 150ml bułka pszenna 50g / mąka pszenna , jaja / masło 5g, ser almette z ziołami 30g pomidor
Czwartek 09.11.2023 Kcal 1130	Herbata z cytryną 200ml chleb wieloziarnisty 50g, / mąka pszenna , jaja / masło 10g, parówki z szynki 90% mięsa 70g / soja / papryka świeża słupki 40g	Bulion wołowo-warzywny z makaronem 250ml / marchew, pietruszka, seler , por, kapusta włoska, pietruszk zielona, mąka pszenna , jaja / sznycel 70g /karkówka, mąka pszenna , olej, cebula,/ ziemniaki z koperkiem 120g surówka colesław 70g /kap.biała,kukurydza.ogórek świeży, jogurt naturalny, majonez / kompot owocowy 200ml	Deser owocowy pod pierzynką 150g / mus jagodowy, mus jabłkowy, jogurt , nasiona chia/ biszkopty 15g / mąka pszenna , jaja /
Piątek 10.11.2023 Kcal 1110	Herbata owocowy raj 200ml chałka 50g /mąka pszenna , jaja / masło 5g, waniliowy twarózek 40g, gruszka ćwiartka 30g	Zupa pomidorowa z ryżem 250ml, /pomidor pellati, marchew, pietruszka, seler , cebula, bulin drobiowy, śmietana / kotleciki rybne z pieca 70g / miruna , bułka pszenna , jaja , cebula, szczypiorek, olej/ puree ziemniaczane 120g / mleko , masło / buraczki jesienne 70g / burak, jabłko, cebula, ogórek kiszony, olej/ kompot jabłkowy 200ml	Ciasteczka marchewkowe 50g /płatki owsiane , mąka migdałowa , cynamon, tarta marchewka, cukier waniliowy, syrop klonowy, orzechy włoski , masło / kakao na mleku 150ml

--	--	--	--

Smacznego !!!

Zastrzegamy sobie prawo do niewielkich zmian w jadłospisie.

Zgodnie z załącznikiem 2 do rozporządzenia 1169/2011 w jadłospisie wyróżniono pogrubieniem substancje lub produkty powodujące alergie.