

Jadłospis

Poniedziałek 16.01.2023

- Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło** 83%, **kawa mleczna** /200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **jogurt owocowy do smarowania**/22g/(pochodne mleka), **herbata** /200ml. **A: 1,7.**
- Obiad: **Zupa szpinakowa z ziemniakami i jajkiem** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, por, szpinak rozdrobniony), (śmietana 18%, jajko).
Ryż paraboliczny z jabłkiem prażonym i cynamonem/250g/, **kompot** /200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), **A: 1,3,6,7.**
- Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** /30g/(mąka pszenna, ziarna zbóż), **wędlina**/24g/, **masło** 83%, **rzodkiewka**, **herbata** /200ml/. **A:1,6,7.**

Wtorek 17.01.2023

- Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **kakao** /200ml/(mleko 2%), **masło** 83%, **serek taciaty** /12g/(pochodne mleka), **ser Gouda**/12g/(pochodne mleka), **herbata** /200ml/. **A:1,7.**
- Obiad: **Grycikowa na rosole z natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka), (kasza manna).
Łazanki z mięsem i kapustą /250g/ (mięso wołowe, mięso wieprzowe, makaron-mąka pszenna, kapusta kiszona), **kompot** /200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia). **A: 1,9.**
- Podwieczorek: **Koktajl jogurtowy z bananami i gruszkami** /200ml/(jogurt typu greckiego, kefir –pochodne mleka), **babka cytrynowa**/30g/(mąka pszenna, jaja), **herbata** /200ml/. **A: 1,7.**

Środa 18.01.2023

- Śniadanie: **Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi** /250ml/(mleko 2%), **pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło** 83%, **miód**/12g/, **dżem**/12g/ (100% owoców), **herbata** /200ml/. **A: 1,7.**
- Obiad: **Zupa z soczewicy z makaronem** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, por, natka), (soczewica czerwona, makaron-mąka pszenna, śmietana 18%, koncentrat pomidorowy 30%, pomidory krojone).
Kotlet mielony/80g/(łopatka wp. szynka wp., jaja, olej rzepakowy, bułka tarta, mąka pszenna), **ziemniaki** /150g/, **marchewka z groszkiem duszona na maśle** /100g/(masło 83%), **kompot** /200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia). **A: 1,3,7,9..**
- Podwieczorek: **Pieczywo mieszane**/30g/(mąka pszenna, ziarna zbóż), **masło** 83%, **parówki z szynki**/50g/(83% mięsa wieprzowego), **ketchup** (pomidory, ocet), **herbata** /200ml/. **A: 1,6,7.**

Czwartek 19.01.2023

- Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło** 83%, **kawa mleczna** /200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **serek do chleba**/12g/(pochodne mleka), **ser mozzarella**/12g/(pochodne mleka), **pomidor**, **herbata** /200ml/. **A:1,7.**
- Obiad: **Zupa kalafiorowa z ziemniakami** /250ml/ (wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, kalafior), (śmietana 18%).
Udziec indyczy w sosie śmietanowym /60g/(udo indycze, śmietana 36%, ser gouda-pochodne mleka, mąka pszenna), **makaron rurka**/70g (mąka pszenna), **ogórek konserwowy**, **kompot** /200ml/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), **Bufet warzywny** **A: 1,7,9,10.**
- Podwieczorek: **Pieczywo mieszane**/30g/ (mąka pszenna, mąka żytnia), **masło** 83%, **pasta z makreli i jajka** /50g/ (makrela, olej, majonez, jaja, gorczyca, gluten, seler, ocet, szczypiorek), **herbata** /200ml/. **A: 1,3,4,7.**

Piątek 20.01.2023

Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **wędlina drobiowa**/24g/, **masło 83%**, **papryka czerwona**, **herbata** /200ml/. **A: 1,6,7.**

Obiad: **Krupnik ryżowy z natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, por), (ryż biały).

Filet z dorsza panierowany /80g/ (jaja, olej rzepakowy, mąka pszenna, bułka tarta), **ziemniaki** /150g/, **surówka z kapusty czerwonej** /100g/(kapusta, marchew, jabłko), **kompot** /200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia). **A: 1,3,4,9.**

Podwieczorek: **Budyń śmietankowy** /150ml/ (mleko 2%), **placek drożdżowy** /20g/(mąka pszenna), **herbata** /150ml/. **A: 1,7.**

Poniedziałek 23.01.2023

Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło 83%**, **kakao** /200ml/(mleko 2%), **serek do chleba** /12g/(pochodne mleka), **ser Gouda**/12g/(pochodne mleka), **herbata** /200ml/. **A: 1,7.**

Obiad: **Zupa grochowa z ziemniakami** /250ml/(wywar mięsno-kostno-warzywny: kości schabowe, boczek wędzony, kiełbasa, marchew, seler, pietruszka), (groch łuskany).

Makaron z truskawkami i śmietaną /250g/(truskawka, mąka pszenna, soja, śmietana 18%), **kompot** /200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia). **A: 1,6,7,9.**

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** /30g/(mąka pszenna, ziarna zbóż), **wędlina**/24g/, **masło 83%**, **ogórek świeży**, **herbata** /200ml/. **A: 1,6,7.**

Wtorek 24.01.2023

Śniadanie: **Pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło 83%**, **kawa mleczna** /200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), **serek waniliowy** /12g/(pochodne mleka), **serek taciaty** /12g/(pochodne mleka), **herbata** /200ml/. **A: 1,7.**

Obiad: **Zacierka na rosole z natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka), (makaron zacierka- mąka pszenna).

Bryzol wołowo-wieprzowy/80g/(udziec wołowy. Łopatka wieprzowa, jaja, olej rzepakowy, bułka tarta, mąka pszenna, cebula), **ziemniaki**/150g/, **surówka z marchewki i jabłka** /100g/, **kompot** /200ml/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia). **A: 1,3,9.**

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane**/30g/ (mąka pszenna, mąka żytnia), **masło 83%**, **pasta jajeczna z żółtym serem** /50g/ (majonez, jaja, ser Gouda, gorczyca, gluten, seler, ocet, szczypiorek), **herbata** /200ml/. **A: 1,3,7.**

Środa 25.01.2023

Śniadanie: **Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi** /250ml/(mleko 2%), **pieczywo mieszane**/25g/(mąka pszenna), **masło 83%**, **powidła śliwkowe**/12g/, **dżem**/12g/(100% owoców), **herbata** /200ml/. **A: 1,7.**

Obiad: **Zalewajka z kiełbasą, jajkiem i ziemniakami** /250ml/(wywar kostny, mąka żytnia, kiełbasa, boczek, żurek na zakwasie, barszcz biały na zakwasie), (śmietana 18%, jaja).

Filet z piersi kurczaka ze szpinakiem /100g/ (olej rzepakowy, szpinak, ser Gouda-pochodne mleka, śmietana 36%) **makaron rurka** /70g/ (mąka pszenna), **kompot** /200ml/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia). **Bufet owocowy** **A: 1,3,6,7.**

Podwieczorek: **Jabłko pieczone z miodem i cynamonem** /150g/(miód, cynamon), **mini drożdżówki** /40g/, **herbata** /200ml/. **A: 1,7.**

Czwartek 26.01.2023

- Śniadanie: **Pieczyczo mieszane/25g/(mąka pszenna), kakao /200ml/(mleko 2%), masło 83%, jajecznicza/20g/, pomidor, herbata /200ml/. **A: 1,3,7.****
- Obiad: **Zupa ogórkowa z ziemniakami /250ml/ (wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, ogórek kiszony), (śmietana 18%).**
Gulasz wieprzowy /80g/ (szynka wieprzowa, mąka pszenna, olej rzepakowy, włoszczyzna paski, papryka czerwona, śmietana 18%), kasza jęczmienna/70g/(jęczmień), surówka z buraków i kapusty kiszonej /100g/, kompot /200ml/(aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **A: 1,7,9.**
- Podwieczorek: **Pieczyczo mieszane /30g/(mąka pszenna, ziarna zbóż), wędlina/24g/, masło 83%, papryka czerwona, herbata /200ml/. **A: 1,6,7.****

Piątek 27.01.2023

- Śniadanie: **Pieczyczo mieszane/25g/(mąka pszenna), masło 83%, kawa mleczna /200ml/(mleko 2%, jęczmień, żyto), twarożek na słodko/12g/(ser śmietankowy- pochodne mleka, śmietana 18%), serek Hochland/12g/ (pochodne mleka), herbata /200ml/. **A: 1,7.****
- Obiad: **Solferino z zacierką i ziemniakami /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, por, natka), (makaron-mąka pszenna, śmietana 18%, koncentrat pomidorowy 30%, pomidory krojone).**
Kotlet rybny /80g/(dorsz, morszczuk, mintaj, jaja, mąka pszenna, bułka tarta, mąka, olej rzepakowy), ziemniaki /150g/, surówka z białej kapusty z majonezem/100g/, kompot/200ml/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia). **A: 1,3,4,7,9.**
- Podwieczorek: **Kisiel owocowy /200g/, pączusie serowe/60g/, herbata /200ml/. **A: 1,7.****

Do posiłków dzieci otrzymują: wodę mineralną lub soki owocowe oraz świeże owoce i warzywa

Uwaga: zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Przybliżona minimalna gramatura po obróbce /g/ (nie obejmuje sosów) oraz minimalna objętość /ml/
(A) – oznaczenie alergenów, które mogą występować w potrawach, numeracja i nazwy na osobnym wykazie.

Kucharka:

Intendent:

Dyrektor: