

Jadłospis

Poniedziałek 29.01.2024

Śniadanie: Kawa mleczna/200ml/(mleko2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska), **masło** 83%, **serek mozzarella**/12g/ (pochodne mleka), **serek do chleba**/12g/ (pochodne mleka), **pomidor, herbata**/200ml/. **A: 1,7.**

Obiad: **Burakowa z ziemniakami i natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka, buraki, ziemniaki, śmietana).

Makaron z białym serem i śmietaną/180/ (twaróg półtłusty - pochodne mleka, makaron świder- gluten, śmietana 18%), **kompot**/200ml/(aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **sok, banan.** **A: 1,7,9.**

Podwieczorek: **Pieczywo mieszane** /30g/(chleb tradycyjny, chleb z ziarnem), **masło 83%, szynka wiejska**/22g/, **papryka czerwona, herbata**/200ml/. **A: 1,6,7.**

Wtorek 30.01.2024

Śniadanie: **Kakao**/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska), **masło** 83%, **ser żółty**/12g/ (pochodne mleka), **serek tacyaty** /12g/ (pochodne mleka), **rzodkiewka, herbata**/200ml/. **A: 1,7.**

Obiad: **Dyniowa z makaronem i natką pietruszki**/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchewka, seler, pietruszka, por, dynia, pomarańcza, imbir, makaron muszelka- gluten, śmietana 18%).

Kotlet pożarski/60g/(udziec z indyka, filet z kurczaka, jaja, mąka, bułka tarta, olej), **ziemniaki**/150g/ **kalafior, brokuły z wody**/100g/, **kompot**/200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), **woda mineralna, mandarynka.** **A: 1,7,9.**

Podwieczorek: **Mleko smakowe**/200ml/, **pączusie serowe** /30g/, **jabłko.** **A: 1,7.**

Środa 31.01.2024

Śniadanie: **Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi**/250ml/(mleko 2%, płatki kukurydziane), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska), **masło** 83%, **miód**/12g/, **dżem wiśniowy**/12g/, **kiwi, herbata**/200ml/. **A: 1,7.**

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

Spaghetti z sosem bolońskim /170g/ (topatka wp., makaron spaghetti- gluten, cukinia, papryka czerwona, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, pomidory, ser żółty),

kompot/200m/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), **woda mineralna, pomarańcza.** **A: 1,7,9.**

Podwieczorek: **Koktajl jogurtowo- owocowy**/180g/(kefir, jogurt naturalny typu greckiego, gruszki, banany), **biszkopty bezcukrowe** /10g/ **A: 1,7.**

Czwartek 01.02.2024

Śniadanie: **Kawa mleczna**/200ml/ (mleko 2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska), **masło** 83%, **twarożek**/12g/ (twaróg półtłusty, śmietana 18%), **serek waniliowy**/12g/(pochodne mleka), **papryka żółta, herbata**/200ml/. **A: 1,7.**

Obiad: **Kartoflanka zabieleną z natką pietruszki**/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, śmietana 18%).

Bitka schabowa/60g/ (schab wp., mąka, śmietana 18%), **kasza jęczmienna**/90g/, **fasolka szparagowa z masłem i bułką tartą** /100g/ (fasolka szparagowa, masło 83%, bułka tarta), **kompot**/200ml/(aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **woda mineralna, jabłko.** **A: 1,7,9.**

Podwieczorek: **Budyń** /200ml/ (mleko 2%, budyń), **chałka** /30g/, **masło 83%, mandarynka.** **A: 1,6,7.**

Piątek 02.02.2024

Śniadanie: **Kakao**/200ml/ (mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka grahamka,

bułka pszenna wrocławska), **masło 83%**, **jajecznica/40g/**, **filet z indyka/10g/**, **sałata, szczypiorek, herbata/200ml/**. A: 1,3,6,7.

Obiad: Zacierkowa na rosole z natką pietruszki/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, makaron zacierka – gluten, marchew, seler, pietruszka).

Filet z dorsza w jarzynce/180g/ (filet z dorsza, jaja, mąka pszenna, bułka tarta, marchewka pietruszka, seler, papryka czerwona, koncentrat pomidorowy, groszek zielony), **ziemniaki/150g/**, **kompot/200ml/** (aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **woda mineralna, mandarynka**. A: 1,3,4,9.

Podwieczorek: Pudding z kaszy manny na mleku z malinami/200g/ (kasza manna, mleko, maliny). A: 1,7.

Poniedziałek 05.02.2024

Śniadanie: Kawa mleczna/200ml/(mleko2%, jęczmień, żyto), **pieczywo mieszane /25g/**(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska), **masło 83%**, **serek łaciaty/12g/** (pochodne mleka), **ser żółty/12g/** (pochodne mleka), **papryka czerwona, herbata/200ml/**. A: 1,7.

Obiad: Zalewajka z ziemniakami, kiełbasą i jajkiem /250ml/(wywar kostny: kości schabowe surowe, kiełbasa śląska, jaja, barszcz biały – zakwas, ziemniaki, śmietana 18%).

Kopytka serowe z masłem i bułką tartą/220g/(twaróg półtłusty, mąka pszenna, mąka ziemniaczana, jaja, ziemniaki, bułka tarta, masło 83%), **kompot/200ml/**(aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **gruszka**. A: 1,6,7.

Podwieczorek: Pieczywo mieszane /30g/(chleb tradycyjny, chleb z ziarnem), **masło 83%**, **połudwica sopocka/22g/**, **ogórek świeży, herbata/200ml/**. A: 1,6,7.

Wtorek 06.02.2024

Śniadanie: Kakao/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane /25g/**(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska), **masło 83%**, **ser mozzarella/12g/** (pochodne mleka), **serek do chleba/12g/** (pochodne mleka), **pomidor, herbata/200ml/**. A: 1,7.

Obiad: Pomidorowa z makaronem i natką pietruszki/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, koncentrat pomidorowy, makaron świder- gluten, śmietana 18%).

Gulasz drobiowy/80g/ (udziec indyjski, cebula, mąka- gluten, śmietana 18%), **kasza kuskus/90g/**(gluten), **marchewka duszona z groszkiem/100g/** (marchew, groszek zielony, masło 83%), **kompot/200ml/** (aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **jogurt**. A: 1,7,9.

Podwieczorek: Pieczywo mieszane /30g/(chleb tradycyjny, chleb z ziarnem), **masło 83%**, **pasta jajeczna z suszonymi pomidorami /40g/** (jaja, suszone pomidory, jogurt naturalny, majonez, szczypiorek), **sałata, herbata /200ml/**. A: 1,3,7.

Środa 07.02.2024

Śniadanie: Zupa mleczna z zacierką/200ml/(mleko 2%, makaron zacierka- gluten), **pieczywo mieszane /25g/**(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska), **masło 83%**, **powidła śliwkowe/12g/**, **dżem z czarnej porzeczki/12g/**, **jabłko, herbata/200ml/**. A: 1,7.

Obiad: Krupnik mazurski z ziemniakami i natką pietruszki /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, wołowina, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, kasza jęczmienna).

Filet z kurczaka w warzywach z pieca/150g/(filet z kurczaka, kalafior, fasolka szparagowa, papryka, czerwona), **ryż paraboliczny /90/**, **kompot/200ml/**(aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **woda mineralna, kiwi**. A: 1,7,9

Podwieczorek: Tosty z bułki pszennej z serem i szynką/40g/ (bułka pszenna, szynka konserwowa, ser mozzarella masło 83%), **pomidor, dip jogurtowy/40g/** (jogurt typu greckiego, koperek), **herbata/200ml/**. A: 1,6,7

Czwartek 08.02.2024

Śniadanie: Kawa mleczna/200ml/(mleko2%, jęczmień żyto), **pieczywo mieszane /25g/**(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska), **masło 83%**, **jajko na twardo/40g/**, **serek łaciaty/12g/** (pochodne

mleka), **szczypiorek, sałata, herbata**/200ml/.

A: 1,3,7.

Obiad: Zupa z brokułami, ziemniakami i natką pietruszki/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, brokuły, ziemniaki, śmietana 18%).

Łazanki z kiszoną kapustą i mięsem /80g/ (udziec z indyka, śmietana 36%, ser żółty,), **makaron pełnoziarnisty**/90g/, **ogórek małosolny**/80g/, **kompot**/200m/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), **woda mineralna. Bufet warzywny.**

A: 1,7,9.

Podwieczorek: Jogurt owocowy /140g/, **biszkopty bezcukrowe**/10g/, **kiwi.**

A: 1,7.

Piątek 09.02.2024

Śniadanie: Kakao/200ml/(mleko 2%, kakao naturalne), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska), **masło** 83%, **ser żółty**/12g/(pochodne mleka), **filet z indyka**/12g/, **papryka czerwona, herbata** /200ml/.

A: 1,6,7.

Obiad: Grysikowa na rosole z natką pietruszki /250ml/ (wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, por, kasza manna).

Filet z dorsza panierowany/80g/(ryba, jaja, bułka tarta- gluten, mąka, olej rzepakowy), **ziemniaki** /150g/, **surówka z kapusty kiszonej** /100g/ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej), **kompot**/200ml/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), **woda mineralna, jabłko**

A: 1,3,4,9.

Podwieczorek: Rogal maślany/25g/ (gluten), **masło 83%**, **twarożek z jogurtem i truskawkami** /30g/(twaróg półtłusty, jogurt naturalny typu greckiego, truskawki)

A: 1,7.

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: