

# Jadłospis

## **Poniedziałek 26.02.2024**

**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 mięsno – warzywny: kurczak, indyk, przęga wołowa, marchewka, pietruszka, seler, buraki, ziemniaki, śmietana 18%).

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

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

## **Wtorek 27.02.2024**

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

**Obiad:** **Marchewkowa z makaronem i natką pietruszki** /250ml/(wywar mięsno- warzywny: kurczak, przęga wołowa, indyk, marchew, seler, pietruszka, makaron muszelka –gluten, koncentrat pomidorowy, śmietana 18%).

**Kotlet schabowy**/60g/ (schab wp., mąka, jaja, bułka tarta), **ziemniaki**/150g/, **surówka z kapusty pekińskiej** /100g/ (kapusta pekińska, marchewka, jabłko, kukurydza, papryka czerwona, majonez), **kompot**/200ml/(aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **woda mineralna, kiwi.** **A: 1,3,7,9.**

**Podwieczorek:** **Chałka** /40g/, **masło** 83%, **budyń** /200ml/(mleko 2%, budyń śmietankowy). **A: 1,7.**

## **Środa 28.02.2024**

**Śniadanie:** **Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi**/210ml/(mleko 2%, płatki owsiane), **pieczywo mieszane** /25g/ (bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska), **masło** 83%, **powidła śliwkowe**/12g/ **dżem brzoskwiniowy**/12g/, **banan, herbata**/200ml/. **A: 1,7.**

**Obiad:** **Ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, ogórki kiszzone, ziemniaki, śmietana 18%).

**Filet z kurczaka w sosie słodko - kwaśnym** /170g/ (filet z kurczaka, marchewka, papryka czerwona, papryka żółta, ananas, miód, pomidory, ketchup), **ryż** /60g/, **kompot**/200m/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), **woda mineralna, bufet warzywny.** **A: 1,7,9.**

**Podwieczorek:** **Jogurt owocowy** /140g/, **chrupki kukurydziane**/10/, **jabłko.** **A: 7.**

## **Czwartek 29.02.2024**

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

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

**Gulasz drobiowy**/60g/(udziec z indyka, mąka, śmietana 18%), **kasza jęczmienna**/90g/ **ogórek konserwowy**/80g/, **kompot**/200ml/(aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), **woda mineralna, mandarynka.** **A: 1,7,9.**

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

## **Piątek 01.03.2024**

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

**Filet z dorsza** /80g/ (filet z dorsza, jaja, mąka pszenna, bułka tarta), **surówka z czerwonej kapusty** /100g/ (kapusta czerwona, jabłko, olej), **ziemniaki**/150g/, **kompot**/200ml/ (aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **woda mineralna**, **jabłko**. A: 1,3,4,7,9.

**Podwieczorek:** **Bułeczka drożdżowa cynamonka** /40g/(mąka, jaja, cynamon)/30g/ (gluten), **mleko smakowe**/200ml/, **gruszka**. A: 1,7.

## **Poniedziałek 04.03.2024**

**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, kielbasą i jajkiem** /250ml/(wywar na kościach: kości wp. surowe, kielbasa śląska, jaja, barszcz biały – zakwas, śmietana 18%).

**Kopytka serowe z masłem i bułką tartą**/180g/(twaróg półtłusty, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, jaja, bułka tarta, masło), **kompot**/200ml/(aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **woda mineralna**, **gruszka**. A: 1,3,6,7.

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

## **Wtorek 05.03.2024**

**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:** **Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki**/250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, indyk, marchew, seler, pietruszka, kalafior, ziemniaki, śmietana 18%).

**Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym** /100g/ (łopatka wp., kapusta pekińska, jaja, ryż, koncentrat pomidorowy, pomidory, mąka- gluten), **ziemniaki** /150g/, **kompot**/200m/ (aronia, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), **woda mineralna**. **Bufet warzywny**. A: 1,3,7,9.

**Podwieczorek:** **Koktajl jogurtowo- malinowy**/200g/(kefir, jogurt naturalny typu greckiego, malina), **mini drożdżówki** /30g/(mąka, jaja, jabłko). A: 1,7.

## **Środa 06.03.2024**

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

**Obiad:** **Zarzucajka z ziemniakami i natką pietruszki** /250ml/(wywar na kościach, kielbasa śląska, marchewka, seler, pietruszka, kapusta kiszona, ziemniaki).

**Gulasz wieprzowy**/80g/ (szynka wp., cebula, mąka- gluten, śmietana 18%), **kasza gryczana**/60g/, **buraczki na ciepło**/100g/ (buraki, masło 83%), **kompot**/200ml/ (aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **sok pomarańczowy**. A: 1,7,9.

**Podwieczorek:** **Ryż na mleku z jabłkiem prażonym**/180g/ (ryż, mleko, jabłko prażone), **herbata** /200ml/. A: 7.

### **Czwartek 07.03.2024**

**Śniadanie:** **Kawa mleczna**/200ml/(mleko2%, jęczmień żyto), **pieczywo mieszane** /25g/(bułka kajzerka, bułka grahamka, bułka pszenna wrocławska), **masło** 83%, **jajko na twardo**/40g/, **twarożek z awokado**/12g/ (serek wiejski, awokado), **sałata, herbata**/200ml/. **A: 1,3,7.**

**Obiad:** **Rosół z makaronem i natką pietruszki** /250ml/(wywar drobiowo warzywny: kurczak, wołowina, marchew, seler, pietruszka, makaron nitki- gluten).

**Udziec z kurczaka**/200g/(udziec z kurczaka), **ziemniaki** /150g/, **fasolka szparagowa z masłem i bułką tartą** /90g/ (fasolka szparagowa, masło 83%, bułka tarta- gluten), **kompot**/200ml/(aronia, czarna porzeczka, wiśnia), **woda mineralna, jabłko**. **A: 1,9.**

**Podwieczorek:** **Jogurt owocowy** /140g/, **biszkopty bezcukrowe**/10g/, **kiwi**. **A: 1,7.**

### **Piątek 08.03.2024**

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

**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, gruszka**. **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: