

JADŁOSPIS

PAŹDZIERNIK 2023r.

ŚNIADANIE

OBIAD

PODWIECZOREK

Poniedziałek 02.10.2023r

<p>CHLEB WIELOZIARNISTY * (pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, nasiona słonecznika 8, gluten pszenny 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), POŁĘDWICA SOPOCKA*, OGÓREK ZIELONY, KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO, GRUSZKA</p>	<p>35/70gr 3/5gr 20/30gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 50/100gr</p>	<p>ZUPA Z CZERWONEJ SOCZEWICY* (warzywa: por, marchew, seler 9, pietruszka, soczewica, czosnek, sól, pieprz mielony, zioła, majeranek, mąka pszenna 1) Z ZIEMNIAKAMI ŁAZANKI (mąka pszenna 1, jajko 3) Z KAPUSTĄ I KIEŁBASĄ*, KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>200/300gr 250/340gr 150/200gr</p>	<p>SAŁATKA JARZYNOWA (marchewka, ziemniaki, ogórek kiszony, pietruszka, seler, groszek zielony, kukurydza, majonez*(jajka 3, gorczyca10)) BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), JABŁKO, BANAN HERBATA OWOCOWA</p>	<p>60gr 35gr 5gr 30gr 150gr</p>
--	---	---	--	---	---

Wtorek 03.10.2023r.

<p>CHAŁKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) I DŻEM MALINOWY KASZA MANNA Z MLEKIEM (pszenica 1, mleko7) (mąka pszenna 1, jajko 3), HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, POMARAŃCZA</p>	<p>35/70gr 3/5gr 10/20gr 200/300gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>ZUPA Z ZIEŁONEGO GROSZKU (zielony groszek, warzywa: por, marchew, seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła) Z ZIEMNIAKAM, UDKO Z KURCZAKA PIECZONE, RYŻ BRĄZOWY Z WARZYWAMI I ZIOŁAMI (kukurydza, papryka świeża, zioła, masło 7, cebula, sól, pieprz mielony), SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ I MARCHWI Z MAJONEZEM*(jajka 3, gorczyca10), KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>200/300gr 70/110gr 150/200gr 75/100gr 150/200gr</p>	<p>BUDYŃ WANILIOWY (mleko 7, masło 7, cukier, cukier waniliowy, mąka ziemniaczana), ROGAL PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), JABŁKO, HERBATA OWOCOWA</p>	<p>150gr 35gr 5gr 30gr 150gr</p>
--	--	---	--	---	--

Środa 04.10.2023r.

<p>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), PASZTET DROBIOWY*(woda, mięso z kurczaka, wątroba z kurczaka, kasza manna 1, sól, białko sojowe 6, warzywa suszone: cebula, marchew, pietruszka, serwatka z mleka 7), OGÓREK KISZONY, KAWA(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, BANAN</p>	<p>35/70gr 3/5gr 10/20gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>BARSZCZ UKRAIŃSKI (warzywa: por, marchew, pietruszka, seler 9, fasola Jaś 1, kapusta biała, buraczki czerwone, jogurt naturalny 7, czosnek, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk) Z ZIEMNIAKAMI, FILET Z KURCZAKA W SOSIE PIECZARKOWO - ŚMIETANOWYM, (mąka pszenna 1, śmietana7, pieczarki, por, sól, pieprz ziołowy i czarny, zioła, natka pietruszki), MAKARON PENNE (mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3) SURÓWKA MARCHWI, PORY I JABŁKA(sól, pieprz mielony, cukier, cytryna), KOMPOT ŚLIWKOWO- JABŁKOWY (woda, wiśnia mrożona, jabłko cukier)</p>	<p>200/300gr 70+30gr sos/ 90+60gr sos 160/200gr 60/90gr 150/200gr</p>	<p>PLACUSZKI Z JABŁKIEM I CUKREM PUDREM (maślanka7, proszek do pieczenia, cukier waniliowy, jajko3, mąka pszenna 1) KAKAO*(gluten 1, soja 6, mleko7)/ HERBATA OWOCOWA, BANAN</p>	<p>100gr 150gr 30gr</p>
---	--	---	---	---	---------------------------------

ŚNIADANIE

OBIAD

PODWIECZOREK

Czwartek 05.10.2023r.

<p><u>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*</u>(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), <u>PASTA Z JAJEK*</u> (jajko3, majonez*(jaja 3, gorczyca10),, sól, pieprz mielony) ZE SZCZYPIORKIEM POMIDOR <u>KAKAO*</u>(gluten 1,soja 6, mleko7)// HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, GRUSZKA</p>	<p>35/70gr 3/5gr 20/30gr 10/20gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>ZUPA KALAFIOROWA (por , marchew, seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7, kalafior, sól , pieprz mielony , ziola, lubczyk) Z ZIEMNIAKAMI BITKI WIEPRZOWE W SOSIE WŁASNYM(łopatka, cebula, jogurt naturalny7, mąka pszenna1, olej, majeranek, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka,) ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM, BURACZKI (cebula, sól, pieprz mielony, cukier, cytryna), KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>200/300gr 70+30gr sos/ 90+60gr sos 195/260gr 80/120gr 150/200gr</p>	<p>TOST (CHLEB TOSTOWY PSZENNY* : mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier,) MASŁO(7) Z SEREM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO</p>	<p>100gr 150gr 30gr</p>
---	---	---	---	---	--

Piątek 06.10.2023r.

<p><u>BUŁKA GRAHAMKA</u> (Mąka pszenna graham, mąka pszenna, mąka żytnia1, drożdże, woda, cukier, olej, sól)/ <u>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*</u>(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), PASTA Z MAKRELĄ W POMIDORACH*, (majonez*(jaja 3, gorczyca10)) Z JAJKIEM(3) I OGÓREK KISZONY, <u>KAWA</u>(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO</p>	<p>90gr 35gr 3/5gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>ZUPA POMIDOROWA (warzywa: por , marchew, seler 9, pietruszka, sól, jogurt naturalny 7, pieprz mielony , lubczyk, ziola, koncentrat pomidorowy) Z KASZĄ JAGLANĄ, KLUSKI DROŻDŻOWE (mąka pszenna 1, jajko 3, mleko 7, cukier, cukier waniliowy, drożdże) Z SOSEM JOGURTOWO-TRUSKAWKOWYM (jogurt naturalny 7, truskawki, cukier) KOMPOT TRUSKAWKOW- PORZECZKOWY (woda, truskawka, porzeczka mrożona, cukier)</p>	<p>200/300gr 90/160gr 60/90gr 150/200gr</p>	<p><u>CHAŁKA PSZENNA*</u>(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) KREMEM CZEKOLADOWO-ORZECHOWYM*(orzechy8, soja 6, mleko7, gluten1) <u>KAKAO*</u>(gluten 1,soja 6, mleko7) HERBATA OWOCOWA, BANAN</p>	<p>70gr 3gr 10gr 150gr 150gr 30gr</p>
--	--	---	---	---	---

* Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

pieprz mielony, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, kminek, liść lubczyka, ziola prowansalskie, papryka słodka, gałka muszkatołowa, rozmaryn, cukier waniliowy, sól

JADŁOSPIS

PAŹDZIERNIK 2023r.

ŚNIADANIE

OBIAD

PODWIECZOREK

Poniedziałek 09.10.2023r.					
CHLEB WIELOZIARNISTY * (pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, nasiona słonecznika 8, gluten pszenny 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), POŁĘDWICA SOPOCKA*, POMIDOR KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 20/30gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 50/100gr	KRUPNIK, (kasza jęczmienna, warzywa: por, marchew, seler 9, pietruszka, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła,) Z ZIEMNIAKAMI, MAKARON Z BIAŁYM SEREM(7), (mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3 cukier, cukier waniliowy,) KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)	200/300gr 280/380gr 150/200gr	KANAPKA: BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA* (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), SER ŻÓŁTY(7)*, POMIDOR, SZCZYPIOREK, HERBATA Z CYTRYNĄ	35gr 3gr 10gr 20gr 150gr 30gr
Wtorek 10.10.2023r.					
BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA* (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), PŁATKI OWSIANE (gluten1) Z MLEKIEM(7) ŻURAWINA HERBATA OWOCOWA, BANAN	35/70gr 3/5gr 10/20gr 200/300gr 150/200gr 30/50gr	ROSÓŁ (por, marchew, pietruszka, cebula, seler 9, sól, pieprz mielony, lubczyk) Z MAKARONEM (mąka pszenna 1, jajko 3), NAGETSY Z FILETA Z KURCZAKA (bułka tarta 1, mąka pszenna 1, jajko 3), ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM, SAŁATA LODOWA Z JOGURTEM (sól, pieprz mielony, cukier, jogurt naturalny7) KOMPOT ŚLIWKOWO- JABŁKOWY (woda, wiśnia mrożona, jabłko cukier)	200/300g 70/110gr 195/260gr 60/80gr 150/200gr	KOKTAJL OWOCOWY (maślanka7, kiwi, banan, truskawka, cukier), CHRUPKI KUKURYZDZIANE, HERBATA OWOCOWA GRUSZKA	150gr 20gr 150gr
Środa 11.10.2023r.					
CHLEB PSZENNY* (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) SER ŻÓŁTY (7) PAPRYKA ŚWIEŻA KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 15/30gr 20/30gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	BARSZCZ CZERWONY (warzywa: por, marchew, pietruszka, seler 9, buraczki czerwone, jogurt naturalny 7, czosnek, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk) Z ZIEMNIAKAMI, SPAGHETTI (mąka pszenna 1, jajko 3), Z POMIDORAMI I MIĘSEM (koncentrat pomidorowy, olej, cebula, sól, pieprz mielony, papryka słodka, oregano, majeranek, bazylia, łopatka, pomidory w puszcze), KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)	200/300g 250/340gr 150/200gr	GOFRY (mleko7, jaja3, mąka pszenna1, cukier, cukier waniliowy, proszek do pieczenia, olej, sól) Z DŻEMEM TRUSKAWKOWYM/CUKIER PUDER/ BITA ŚMIETANA(7) BRZOSKWINIA JABŁKO HERBATA ŻURAWINOWA	120gr 10gr 30gr 150gr
ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
Czwartek 12.10.2023r.					

<p>CHAŁKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7) I DŻEM TRUSKAWKOWY, TWAROŻEK ŚMIETANKOWY(7) Z OGÓRKIEM ZIELONYM KAKAO*(<u>gluten 1, soja 6, mleko7</u>) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 3/5gr 20/35gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>ZUPA POMIDOROWA (warzywa: por , marchew, seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7, sól , pieprz mielony , lubczyk, zioła, koncentrat pomidorowy) Z RYŻEM GULASZ Z WARZYWAMI (szynka wieprzowa, pieczarki, papryka czerwona, marchewka, ogórek kiszony, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, lubczyk, papryka słodka, majeranek, cebula, <u>mąka pszenna 1</u>), KASZA JĘCZMIENNO-GRYCZANA SURÓWKA Z SELERA Z RODZYNKAMI I MAJONEZEM*(<u>jajka 3, gorczyca10</u>), KOMPOT TRUSKAWKOW- PORZECZKOWY (woda, truskawka, porzeczka mrożona, cukier)</p>	<p>200/300gr 70+30gr sos/ 90+60gr sos 90/150gr 60/80gr 150/200gr</p>	<p>PIZZA Z SEREM ŻÓŁTYM , SZYNKĄ I ZIOŁAMI*(<u>mąka pszenna1, drożdże, olej, sól, cukier, woda, ser żółty3, szynka drobiowa</u>), BANAN HERBATA Z CYTRYNĄ</p>	<p>100gr 30gr 150gr</p>
---	---	--	--	--	--------------------------------------

Piątek 13.10.2023r.

<p>CHLEB SŁONECZNIKOWY* (<u>mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), PASTA Z JAJEK(7) ZE SZCZYPIORKIEM KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 3/5gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI, (warzywa: por , marchew, seler 9, pietruszka, fasolka szparagowa, cebula, ziemniaki, jogurt naturalny 7, sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk), RYBA SMAŻONA / PALUSZKI RYBNE (<u>Miruna bez skóry(4), mintaj 4, pieprz mielony, sól, olej, pieprz ziołowy oregano,, mąka pszenna 1, jajka 3, bułka tarta 1</u>), ZIEMNIAKI, SURÓWKA KAPUSTY KISZONEJ MARCHWI , JABŁKA I CEBULI (olej, sól, pieprz mielony, cukier), KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>200/300gr 70/110gr 150/200gr 60/100gr 150/200gr</p>	<p>KASZA MANNA Z MUSEM TRUSKAWKOWYM (<u>mleko 7, (pszenica 1, cukier, kasza manna, truskawki)</u>), CHRUPKI KUKURYDZIANE, NEKTARYNKA HERBATA OWOCOWA</p>	<p>150gr 20gr 30gr 150gr</p>
---	---	--	---	--	---

* Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

pieprz mielony, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muszkatołowa, rozmaryn, cukier waniliowy, sól