

JADŁOSPIS GRUDZIEŃ 2023r.

ŚNIADANIE

OBIAD

PODWIECZOREK

PONIEDZIAŁEK 04.12.2023r.

<p>CHLEB WIELOZIARNISTY * (<u>pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, nasiona słonecznika 8, gluten pszenny 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), SZYNKA GOTOWANA WIEPRZOWA*, OGÓREK KISZONY, PAPRYKA ŚWIEŻA</p> <p>KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7)</p> <p>HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO</p>	35/70gr 3/5gr 20/40gr 10/20gr 10/20gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	<p>KRUPNIK, (kasza jęczmienna, por, marchew, <u>seler 9</u>, pietruszka, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła,) Z ZIEMNIAKAMI,</p> <p>SPAGHETTI (mąka pszenna 1, jajko 3), Z POMIDORAMI I MIĘSEM (koncentrat pomidorowy, olej, cebula, sól, pieprz mielony, papryka słodka, oregano, majeranek, bazylija, łopatka, pomidory w puszcze),</p> <p>KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	200/300g 250/340gr 150/200gr	<p>CHAŁKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7) KREMEM CZEKOLADOWO-ORZECHOWYM*(orzechy8, soja 6, mleko7, qluten1)</p> <p>KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7)</p> <p>HERBATA OWOCOWA, BANAN</p>	70gr 3gr 10gr 150gr 150gr 30gr
---	--	--	--	--	---

WTOREK 05.12.2023r.

<p>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), JAJKO W SOSIE Tatarskim* (jajko3,ogórek kiszony, cebula, szczypiorek, majonez*(jaja 3, gorczyca10), jogurt naturalny, sól, pieprz mielony)</p> <p>KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7)</p> <p>HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, MANDARYNKA</p>	35/70gr 3/5gr 60/120gr 150/200gr 30/50gr	<p>ZUPA Z PIECZARKOWA* (por, marchew, pietruszka, <u>seler 9</u>, pieczarki, , sól, pieprz mielony, zioła, majeranek, <u>mąka pszenna 1, jogurt naturalny 7</u>) Z ZIEMNIAKAMI</p> <p>ZAPIEKANKA MAKARONOWA Z KURCZAKIEM I BROKUŁEM W SOSIE ŚMIETANOWO-SEROWY (<u>śmietana7, brokuł, sól, pieprz ziołowy i czarny, bazylija, oregano śmietana7, serek topiony7, makaron penne (mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3)</u>)</p> <p>SURÓWKA Z MARCHWI I I BRZOSKWIŃ (marchew, brzoskwinie w puszcze, sól, pieprz mielony, cukier, kwasek cytrynowy)</p> <p>KOMPOT WIŚNIOWY (woda, wiśnie mrożone bez pestek, cukier)</p>	200/300g 220/320gr 60/90gr 150/200gr	<p>MUFINKI Z CZEKOLADĄ (mąka pszenna 1, jaja3, olej, cukier waniliowy, cukier, proszek do pieczenia, czekolada(gluten 1,soja 6, mleko7), GRUSZKA</p> <p>KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7)</p> <p>HERBATA Z CYTRYNĄ</p>	70gr 30gr 150gr
---	--	---	---	--	-----------------------

ŚRODA 06.12.2023r.

<p>CHLEB PSZENNY*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), PASZTET WŁASNY WYRÓB (wieprzowina karkówka, wołowina, udko z kurczaka, boczek surowy, marchew, pietruszka, cebula, lubczyk, czosnek liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz czarny, papryka słodka, <u>bułka*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier)</u>)</p> <p>POMIDOR</p> <p>OGÓREK KISZONY</p> <p>SALATA</p> <p>KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7)</p> <p>HERBATA Z CYTRYNĄ, GRUSZKA, PIERNIK</p>	35/70gr 3/5gr 20/40gr 10/20gr 10/20gr 3/5gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr 30gr	<p>ZUPA POMIDOROWA (warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u>, pietruszka, <u>jogurt naturalny 7, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła, koncentrat pomidorowy</u>), Z KASZĄ JAGLANĄ</p> <p>BITKI Z SZYNKI W SOSIE PIECZARKOWYM (szynka wieprzowa, cebula, pieczarki <u>jogurt naturalny7, mąka pszenna1, olej, majeranek, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka,</u>)</p> <p>KASZA JĘCZMIENNO-GRYCZANA</p> <p>BURACZKI (cebula, sól, pieprz mielony, cukier, cytryna),</p> <p>KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p> <p>MIKOŁAJEK</p>	200/300gr 70+60gr 110+90gr 165/225gr 75/100gr 150/200gr	<p>BUŁKA MAŚLANA* (<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7) KOKTAJL</p> <p>TRUSKAWKOWY(jogurt naturalny7, truskawka, cukier)</p> <p>MANDARYNKA, JABŁKO</p>	35gr 3gr 150gr 30gr
---	---	--	--	--	------------------------------

CZWARTEK 07.12.2023r.

ROGAL MAŚLANA* (<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7) DŻEM TRUSKAWKOWY, KASZA MANNA Z MLEKIEM (pszenica 1, mleko7) HERBATA OWOCOWA, BANAN, MANDARYNKA	35/70gr	BARSZCZ CZERWONY (warzywa: por , marchew, pietruszka , seler 9, buraczki czerwone , jogurt naturalny 7, czosnek, sól , pieprz mielony, ziota, lubczyk) Z ZIEMNIAKAMI, KLUSKI Z MIĘSEM (ziemniaki, jajko3, marchew, pietruszka, cebula, sól, pieprz mielony, ,papryka słodka, czosnek, skrobia ziemniaczana, wieprzowina łopatka, olej) KAPUSTA ZASMAŻANA (kapusta kiszona, cebula , sól, pieprz mielony, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek , , pieprz ziołowy) KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)	200/300gr	BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA* (<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), PARÓWKI Z SZYNKI Z KECZUPEM* HERBATA ŻURAWINOWA JABŁKO, BANAN	35gr
	3/5gr		200/350gr		3gr
	10/20gr		90/120gr		10gr
	200/300gr		150/200gr		150gr
150/200gr				50gr	
30/50gr					

PIĄTEK 08.12.2023r.

CHLEB RAZOWY* (<u>pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), SER ŻÓŁTY (7) PAPRYKA ŚWIEŻA KAKAO* (<u>gluten 1, soja 6, mleko7</u>) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, POMARAŃCZA	35/70gr	ZUPA KREM KALAFIOROWA (warzywa: por , marchew, seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7, kalafior, sól , pieprz mielony , ziota, lubczyk) Z GRZANKAMI* (<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól</u>) RYBA W SOSIE ŚMIETANOWO - KOPERKOWYM (miruna bez skóry4, pieprz mielony, sól, olej, pieprz ziołowy, cytryna, ziota prowansalskie, mąka pszenna 1, śmietana 30% 7, koperek świeży), ZIEMNIAKI, SAŁATA LODOWA Z POMIDORAMI I SOSEM WINEGRET (woda, olej, cytryna, sól, pieprz mielony, cukier), KOMPOT WIŚNIOWY (woda, wiśnie mrożone bez pestek, cukier)	200/300gr	PLACUSZKI Z JABŁKIEM I CUKREM PUDREM (<u>maślanka7, proszek do pieczenia, cukier waniliowy, jajko3, mąka pszenna 1</u>) KAKAO* (<u>gluten 1, soja 6, mleko7</u>)/ HERBATA OWOCOWA, GRUSZKA	100gr
	3/5gr		70/110gr		150gr
	15/30gr		150/200gr		30gr
	10/20gr		90/120gr		
	150/200gr		150/200gr		
	150/200gr		150/200gr		
30/50gr					

* 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 gorzczyca.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

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

JADŁOSPIS

GRUDZIEŃ 2023r.

ŚNIADANIE

OBIAD

PODWIECZOREK

Poniedziałek 11.12.2023r.

<p><u>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA</u>*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), <u>TWAROŻEK ŚMIETANKOWY(7)</u> Z OGÓRKIEM ZIELONYM <u>PŁATKI OWSIANE Z MLEKIEM (pszenica 1, mleko7)</u> HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, GRUSZKA</p>	<p>35/70gr 3/5gr 20/35gr 10/20gr 200/300gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>ZUPA STROGONOW (mięso wieprzowe, papryka świeża, kukurydza, fasola czerwona, pieczarki, por, marchew, pietruszka, cebula, <u>seler 9, sól</u>, pieprz mielony, lubczyk, cebula, czosnek, koncentrat pomidorowy, papryka słodka) NALEŚNIKI (mąka pszenna 1, jajko 3, mleko 7, cukier, cukier waniliowy) Z TWAROŻKIEM (7)/ DŻEM TRUSKAWKOWY, KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>200/300gr 200/300gr 150/200gr</p>	<p>PIZZA Z SEREM ŻÓŁTYM , SZYNKĄ I ZIOŁAMI*(mąka pszenna1, drożdże, olej ,sól, cukier, woda, <u>ser żółty3</u>, szynka drobiowa), JABŁKO, BANAN HERBATA Z CYTRYNĄ</p>	<p>100gr 30gr 50gr</p>
---	--	---	--	--	--------------------------------

Wtorek 12.12.2023r.

<p>TOST (CHLEB TOSTOWY PSZENNY* : mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier,) MASŁO(7) Z SEREM(7), SZYNKĄ*I KETCHUPEM*(przecier pomidorowy 62%, cukier, ocet spirytusowy, sól, skrobia kukurydziana modyfikowana, aromat naturalny.) OGÓREK ZIELONY, POMIDOR KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO, BANAN</p>		<p>ZUPA OGÓRKOWA (warzywa: por , marchew, pietruszka, <u>seler 9, ogórek kiszony, jogurt naturalny 7, czosnek, sól , pieprz mielony , ziola, lubczyk) Z ZIEMNIAKAMI UDKO Z KURCZAKA PIECZONE, FRYTKI WARZYWNE PIECZONE (marchew, pietruszka, korzeń <u>seler korzeniowy9, ziemniaki, przyprawa ziołowa, rozmaryn suszony, olej rzepakowy, sól, pieprz)</u> KOMPOT PORZECZKOWY (woda, porzeczka, mrożone, cukier)</u></p>	<p>200/300gr 70/110gr 195/260gr 60/80gr 150/200gr</p>	<p>ROGAL PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), DŻEM TRUSKAWKOWY, KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7) MANDARYNKA</p>	<p>35gr 3gr 10gr 150gr 30gr</p>
--	--	---	---	--	---

Środa 13.12.2023r.

<p>CHLEB RAZOWY* (pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), SCHAB PIECZONY –własny wyrób OGÓREK KISZONY PAPRYKA CZERWONA KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO, MANDARYNKA</p>	<p>35/70gr 3/5gr 20/30gr 10/20gr 10/20gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>LANE KLUSKI (mąka pszenna 1, jajko 3) na rosole (warzywa: por , marchew, pietruszka, cebula, <u>seler 9, sól , pieprz mielony , lubczyk)</u> FILET Z KURCZAKA PANIEROWANY (bułka tarta 1, mąka pszenna 1, jajko 3), ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM, SAŁATA ZE ŚMIETANA (sałata lodowa, jogurt naturalny 7, koperek świeży, sól, pieprz mielony, cukier) KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>200/300g 70/110gr 195/260gr 60/80gr 150/200gr</p>	<p>CIASTEczKA KAKAOWE (mąka pszenna 1, jaja3, olej, cukier waniliowy , cukier, proszek do pieczenia, kakao*(gluten 1,soja 6, mleko7)) KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7) BANAN, POMARAŃCZA</p>	<p>60gr 150gr 50gr</p>
---	--	---	--	--	--------------------------------

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
Czwartek 14.12.2023r.					
CHAŁKA PSZENNA* (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) I DŻEM TRUSKAWKOWY, PŁATKI KUKURYDZIANE*(gluten 1, mleko 7, soja 6) Z MLEKIEM(7), HERBATA OWOCOWA, BANAN, GRUSZKA	35/70gr 3/5gr 10/20gr 200/300gr 150/200gr 30/50gr	KAPUŚNIAK Z CZERWONĄ SOCZEWICĄ* (por, marchew, seler9 , pietruszka, soczewica, kiszona kapusta, czosnek, sól, pieprz mielony, liść laurowy, majeranek, koncentrat pomidorowy) Z ZIEMNIAKAMI SCHAB W SOSIE WŁASNYM (schab, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, lubczyk, papryka słodka, majeranek, cebula, mąka pszenna 1), KASZA JĘCZMIENNO-GRY CZANA GROSZEK Z MARCHEWKĄ (woda, olej, cytryna, sól, pieprz mielony, cukier, masło7), KOMPOT WIŚNIOWY (woda, wiśnie mrożone bez pestek, cukier)	200/300gr 70+30gr sos/ 90+60gr sos 90/150gr 60/80gr 150/200gr	SALATKA JARZYNOWA (marchewka, ziemniaki, ogórek kiszony, pietruszka, seler, groszek zielony, kukurydza, majonez*(jaja 3, gorczyca10)) BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA* (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), JABŁKO, BANAN HERBATA OWOCOWA	60gr 35gr 5gr 30gr 150gr
Piątek 15.12.2023r.					
BUŁKA GRAHAMKA (Mąka pszenna graham, mąka pszenna, mąka żytnia1, drożdże, woda, cukier, olej, sól)/ BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA* (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, KAWA (jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, MANDARYNKA	90gr 35gr 3/5gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	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, 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	KISIEL TRUSKAWKOWY (mąka ziemniaczana, woda, cukier, truskawka owoce mieszane) , WAFLEK PRZEKŁADANY* (mąka pszenna 1, jaja 3), KREMEM CZEKOLADOWYM (masło7, kakao- gluten 1, soja6, mleko7), BANAN HERBATA MALINOWA	150gr 30gr 30gr 150gr

* 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, bazyliia, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muszkatołowa, rozmaryn, cukier waniliowy, sól

aniliowy, sól