

JADŁOSPIS

LISTOPAD 2023r.

ŚNIADANIE

OBIAD

PODWIECZOREK

PONIEDZIAŁEK 20.11.2023r.

<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), SZYNKĄ GOTOWANĄ WIEPRZOWĄ*, <u>OGÓREK KISZONY,</u> <u>PAPRYKA ŚWIEŻA</u> KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 3/5gr 20/40gr 10/20gr 10/20gr 150/200gr 150/200gr 50/100gr</p>	<p>KRUPNIK, (kasza jęczmienna, warzywa: por, marchew, <u>seler 9, pietruszka, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła,</u>) Z ZIEMNIAKAMI, SPAGHETTI (mąka pszenna 1, jajko 3), Z POMIDORAMI I MIĘSEM (koncentrat pomidorowy, olej, cebula, sól, pieprz mielony, papryka słodka, oregano, majeranek, bazylia, łąpatka, pomidory w puszcze), <u>MANDARYNKA</u> KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>200/300g 250/340gr 30/50gr 150/200gr</p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), SAŁATKA Z MAKARONEM RYŻOWYM, OGÓRKIEM I SZYNKĄ (ser żółty 7, szczypiorek kukurydza, sól, pieprz, jogurt naturalny7, (majonez*(jaja 3, gorczyca10) HERBATA ŻURAWINOWA BANAN</p>	<p>35gr 3gr 10gr 150gr 30gr</p>
---	--	---	---	--	--

WTOREK 21.11.2023r.

<p>CHLEB PSZENNY*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), JAJECZNICA* (<u>jajko3, sól, pieprz mielony</u>) ZE SZCZYPIORKIEM <u>POMIDORKI KOKTAJLOWE</u> KAKAO*(gluten 1, soja 6, mleko7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, MANDARYNKA</p>	<p>35/70gr 3/5gr 50/100gr 10/20gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>ZUPA Z CZERWONEJ SOCZEWICY* (warzywa: por, marchew, <u>seler 9, pietruszka, soczewica, czosnek, sól, pieprz mielony, zioła, majeranek, mąka pszenna 1</u>) Z ZIEMNIAKAMI <u>UDKO Z KURCZAKA PIECZONE,</u> RYŻ BRĄZOWY Z WARZYSZAMI I ZIOŁAMI (kukurydza, papryka świeża, zioła, masło 7, cebula, sól, pieprz mielony), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY Z JABŁKIEM(kapusta czerwona, jabłko, cebula, kwasek cytrynowy, olej, sól, pieprz mielony) KOMPOT WIŚNIOWY (woda, wiśnie mrożone bez pestek, cukier)</p>	<p>200/300g 70/110gr 150/200gr 95/130gr 150/200gr</p>	<p>DESER JOGURTOWO-OWOCOWY Z SOSEM TRUSKAWKOWYM (jogurt naturalny7, truskawki, cukier, żelatyna) BISZKOPTY (mąka pszenna1, jajka3), HERBATA Z CYTRYNĄ JABŁKO, POMARAŃCZA</p>	<p>150gr 30gr 150gr</p>
---	--	--	--	---	--

ŚRODA 22.11.2023r.

<p>CHLEB RAZOWY* (<u>pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), SCHAB PIECZONY –własny wyrób <u>OGÓREK KISZONY,</u> <u>POMIDOR</u> KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 3/5gr 20/40gr 10/20gr 10/20gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>ZUPA RYŻOWA _NA ROSOLE (warzywa: por, marchew, pietruszka, cebula, <u>seler 9, sól, pieprz mielony, lubczyk, ryż</u>) PIECZEŃ WIEPRZOWA W SOSIE WŁASNYM(łopatka, cebula, <u>jogurt naturalny7, mąka pszenna1, olej, majeranek, sól, pieprz mielony, pieprz ziółowy, papryka słodka,</u>) KLUSKI ŚLĄSKIE (<u>mąka ziemniaczana, jajko 3, ziemniaki,</u> BURACZKI (cebula, sól, pieprz mielony, cukier, cytryna), KOMPOT PORZECZKA (woda, porzeczka, mrożone, cukier)</p>	<p>200/300gr 70+30gr sos/ 90+60gr sos 150/200gr 60/80gr 150/200gr</p>	<p>CHAŁKA PSZENNA* (<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7) POWIDŁA ŚLIWKOWE KAKAO* (gluten 1, soja 6, mleko7) MANDARYNKA, GRUSZKA</p>	<p>70gr 3gr 10gr 150gr 30gr</p>
---	--	--	---	--	--

CZWARTEK 23.11.2023r.

<p>CHAŁKAPSZENNA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) <u>Z MASŁEM(7)</u> KREMEM CZEKOLADOWO-ORZECHOWYM*(<u>orzechy8, soja 6, mleko7, gluten1</u>), KASZA MANNA Z MLEKIEM (<u>pszenica 1, mleko7</u>) I MUSEM TRUSKAWKOWYM HERBATA OWOCOWA, BANAN</p>	<p>35/70gr 3/5gr 10/20gr 200/300gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>ZUPA- KREM KALAFIOROWA (por , marchew, <u>seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7</u>, kalafior, ziemniaki, sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk) Z GRZANKAMI*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól</u>) GOŁĄBKI BEZ ZAWIJANIA W SOSIE POMIDOROWYM* (mięso mielone, Kapusta biała, ryż, sól, pieprz mielony, papryka czerwona, zioła majeranek, pieprz ziółowy, koncentrat pomidorowy, cebula, <u>mąka pszenna 1, jajka 3, bułka tarta 1</u>) ZIEMNIAKI, SOK POMARAŃCZOWY (woda, pomarańcza, cukier)</p>	<p>200/300gr 150+100gr sos/ 200+160gr sos 195/260gr 150/200gr</p>	<p>JABŁECZNIK (mąka pszenna 1, jajka3, olej, cukier waniliowy , cukier, proszek do pieczenia, jabłko) KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7) BANAN, JABŁKO</p>	<p>60gr 150gr 50gr</p>
--	--	---	--	--	-------------------------------------

PIĄTEK 24.11.2023r.

<p>CHLEB PSZENNY*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) <u>Z MASŁEM(7)</u>, PASTA TWAROGOWA(7) Z ŁOSOSIEM I OGÓRKIEM ZIELONYM , RZODKIEWKA KAWA (<u>jęczmień 1, żyto 1</u>) <u>Z MLEKIEM(7)</u> HERBATA OWOCOWA, GRUSZKA</p>	<p>35/70gr 3/5gr 20/40gr 10/20gr 10/20gr 150/200g 150/200gr 30/50gr</p>	<p>BARSZCZ CZERWONY(warzywa: por , marchew, pietruszka, <u>seler 9, buraczki czerwone , jogurt naturalny 7, czosnek, sól , pieprz mielony, zioła, lubczyk</u>) Z ZIEMNIAKAMI, KLUSKI DROŻDŻOWE (<u>mąka pszenna 1, jajko 3, mleko 7, cukier, cukier waniliowy, drożdże</u>) Z SOSEM JOGURTOWO-TRUSKAWKOWYM (<u>jogurt naturalny 7, truskawki, cukier</u>) BANAN KOMPOT TRUSKAWKOW- ŚLIWKOWY"(woda, truskawka, śliwka mrożona, cukier)</p>	<p>200/300gr 90/160gr 60/90gr 30/50gr 150/200gr</p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), SER ŻÓŁTY (7) PAPRYKA ŚWIEŻA, OGÓREK KISZONY HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO, MANDARYNKA</p>	<p>35gr 3gr 10gr 10gr 10gr 150g 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 ziółowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muskatołowa, rozmaryn, cukier waniliowy, sól

JADŁOSPIS LISTOPAD 2023r.

ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 27.11.2021r.		
<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), SER ŻÓŁTY (7)</p> <p>PAPRYKA CZERWONA</p> <p>KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7)</p> <p>HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO</p>	<p>ZUPA GYROSOWA (*warzywa: por, marchew, seler 9, pietruszka, papryka świeża, ser żółty 7, cebula, czosnek, ziemniaki, filet kurczaka, pomidor w puszcze bez skóry, kukurydza, śmietana 36% 7, pieprz czarny, lubczyk, majeranek, tymianek, oregano, sól papryka mielona)</p> <p>Z JAJKIEM I ZIEMNIAKAMI</p> <p>RACUCHY (mąka pszenna 1, jajko 3, maślanka 7, cukier, waniliowy, proszek do pieczenia) Z CUKREM PUDREM,</p> <p>JOGURT TRUSKAWKOWY (jogurt naturalny 7, truskawka, cukier), JABŁKO</p> <p>KOMPOT ŚLIWKOWY (woda, śliwki mrożone bez pestek, cukier)</p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), PARÓWKI Z SZYNKI Z KECZUPEM*, OGÓREK KISZONY</p> <p>HERBATA ŻURAWINOWA</p> <p>JABŁKO</p>
WTOREK 28.11.2023r.		
<p>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), TWAROŻEK ŚMIETANKOWY WIEJSKI (7)</p> <p>RZODKIEWKĄ</p> <p>HERBATA OWOCOWA, MANDARYNKA</p>	<p>ZUPA Z ZIEŁONEGO GROSZKU (zielony groszek, warzywa: por, marchew, seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła) Z ZIEMNIAKAMI</p> <p>UDKO Z KURCZAKA ZAPIEKANA Z RYŻEM W POMIDOROWYM SOSIE (ryż, udko z kurczaka, koncentrat pomidorowy, zioła, masło 7, cebula, sól, pieprz mielony, papryka słodka, czosnek),</p> <p>SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (z ogórkiem zielonym, papryką, pomidorem kukurydzą i fasolą czerwoną) Z SOSEM WINEGRET(woda, olej, cytryna, sól, pieprz mielony, cukier),</p> <p>KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>BUDYŃ CZEKOLADOWY (mleko7, masło 7, cukier, waniliowy, mąka ziemniaczana, kakao (gluten 1, soja 6, mleko7)</p> <p>CHAŁKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7)</p> <p>GRUSZKA, BANAN</p> <p>HERBATA OWOCOWA</p>
ŚRODA 29.11.2023r.		
<p>CHLEB SŁONECZNIKOWY* (mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), POŁĘDWICA SOPOCKA*, OGÓREK ZIELONY, POMIDOR</p> <p>KAKAO*(gluten 1, soja 6, mleko7)</p> <p>HERBATA OWOCOWA,, POMARAŃCZA, JABŁKO</p>	<p>KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY warzywa: por, marchew, pietruszka, seler 9, kapusta biała, jogurt naturalny 7, czosnek, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk) Z ZIEMNIAKAMI</p> <p>FILET Z KURCZAKA W SOSIE PIECZARKOWO - ŚMIETANOWYM, (mąka pszenna 1, śmietana 7, pieczarki, por, sól, pieprz ziołowy i czarny, zioła, natka pietruszki),</p> <p>MAKARON PENNE (mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista 1, jajko 3)</p> <p>SURÓWKA MARCHWI, PORY I JABŁKA(sól, pieprz mielony, cukier, cytryna),</p> <p>SOK POMARAŃCZOWY (woda, pomarańcza, cukier)</p>	<p>PIZZA Z SEREM ŻÓŁTYM, SZYNKĄ I ZIOŁAMI*(mąka pszenna 1, drożdże, olej, sól, cukier, woda, ser żółty 3, szynka drobiowa),</p> <p>JABŁKO, MANDARYNAK</p> <p>HERBATA Z CYTRYNĄ</p>

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
CZWARTEK 30.11.2023r.					
CHAŁKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) I POWIDŁAMI ŚLIWKOWYMI, PŁATKI KUKURYDZIANE*(gluten 1, mleko 7, soja 6) Z MLEKIEM(7), HERBATA OWOCOWA, GRUSZKA, BANAN	35/70gr 3/5gr 10/20gr 200/300gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA POMIDOROWA (warzywa: por, marchew, seler 9, pietruszka, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła, koncentrat pomidorowy), Z RYŻEM ZAPIEKANKA ZIEMNIACZANA Z MIĘSEM MIELONYM, CEBULĄ I SEREM ŻÓŁTYM I SOSEM BESZAMELOWYM (ziemniaki, mięso mielone, ser żółty7, cebula, śmietana 18%7, koper, cebula, gałka muszkatołowa, majeranek pieprz czarny, ziołowy, papryka słodka, sól, czosnek) SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO I PAPRYKI ŚWIEŻEJ I CEBULI KOMPOT WIŚNIOWY (woda, wiśnie mrożone bez pestek, cukier)	200/300gr 70+30gr sos/ 90+60gr sos 90/150gr 60/90gr 150/200gr	BUŁKA MAŚLANA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) KREMEM CZEKOLADOWO-ORZECHOWYM*(orzechy8, soja 6, mleko7, gluten1) KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) JABŁKO, POMARAŃCZ	35gr 3gr 10gr 150gr 60gr
PIĄTEK 01.12.2023r.					
CHLEB SŁONECZNIKOWY* (mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), PASTA Z MAKREŁĄ W POMIDORACH* , (majonez*(jaja 3, gorczyca10)) Z JAJKIEM(3) I OGÓREK KISZONY, PAPRYKA CZERWONA KAWA(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 20/40gr 10/20gr 10/20gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA OGÓRKOWA (warzywa: por, marchew, pietruszka, seler 9, ogórek kiszony, jogurt naturalny 7, czosnek, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk) Z ZIEMNIAKAMI PALUSZKI RYBNE-przedszkole (miruna4, pieprz mielony, sól, olej, pieprz ziołowy oregano, zioła prowansalskie, , mąka pszenna 1, jajka 3, bułka tarta 1), ZIEMNIAKI, SURÓWKA KAPUSTY KISZONEJ MARCHWI, JABŁKA I CEBULI (olej, sól, pieprz mielony, cukier), KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)	200/300gr 70/110gr 150/200gr 60/80gr 150/200gr	KASZA MANNA Z MUSEM TRUSKAWKOWYM (mleko 7, (pszenica 1, cukier, kasza manna, truskawki), CHRUPKI KUKURYDZIANE, MANDARYNKA, JABŁKO HERBATA OWOCOWA	150gr 20gr 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, bazylia, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muszkatołowa, rozmaryn, cukier waniliowy, sól