

# JADŁOSPIS

# WRZESIEŃ 2022r.

## ŚNIADANIE

## OBIAD

## PODWIECZOREK

**Poniedziałek 18.09.2023r.**

<p><b>CHLEB WIELOZIARNISTY</b> * (<u>pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, nasiona słonecznika 8, gluten pszenny 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) <b>Z MASŁEM(7),</b></p> <p><b>PASZTET DROBIOWY*</b>(woda, mięso z kurczaka, wątroba z kurczaka, <u>kasza manna 1, sól, białko sojowe 6, warzywa suszone: cebula, marchew, pietruszka, serwatka z mleka7,</u></p> <p><b>OGÓREK KISZONY,</b></p> <p><b>KAWA</b> (<u>jęczmień 1, żyto 1</u>) <b>Z MLEKIEM(7)</b></p> <p><b>HERBATA Z CYTRYNĄ,</b></p> <p><b>JABŁKO</b></p>	<p>35/70gr</p> <p>3/5gr</p> <p>20/30gr</p> <p>20/40gr</p> <p>150/200gr</p> <p>150/200gr</p> <p>50/100gr</p>	<p><b>KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY</b> (kapusta biała, warzywa: por, marchew, <u>seler 9, pietruszka, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk</u>) <b>Z ZIEMNIAKAMI</b></p> <p><b>MAKARON</b> (<u>mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3,</u>) <b>Z WARZYWAMI</b> (marchew, papryka czerwona, kukurydza, fasola czerwona, fasola szparagowa, pietruszka, cebula, <u>seler 9</u>) <b>I MIĘSEM DROBIOWYM,</b></p> <p><b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b>(woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier )</p>	<p>200/300g</p> <p>200/300gr</p> <p>150/200gr</p>	<p><b>CIASTKA ZBOŻOWE,</b> (<u>gluten1, mleko7, orzechy8, sezam11,</u></p> <p><b>SOK MARCHEW-JABŁKO-</b></p> <p><b>BANAN</b></p> <p>GRUSZKA</p> <p>ŚLIWKA</p> <p><b>HERBATA Z CYTRYNĄ</b></p>	<p>30gr</p> <p>150gr</p> <p>50gr</p> <p>150gr</p>
---	---	--	---	---	---

**Wtorek 19.09.2023r.**

<p><b>CHLEB PSZENNY*</b>(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) <b>Z MASŁEM(7)</b></p> <p><b>TWAROŻEK ŚMIETANKOWY(7)</b></p> <p><b>Z RZODKIEWKĄ</b></p> <p><b>KAKAO*</b>(<u>gluten 1,soja 6, mleko7</u>)</p> <p><b>HERBATA OWOCOWA,</b></p> <p><b>GRUSZKA</b></p>	<p>35/70gr</p> <p>3/5gr</p> <p>20/35gr</p> <p>20/40gr</p> <p>150/200gr</p> <p>150/200gr</p> <p>30/50gr</p>	<p><b>ZUPA Z PIECZARKOWA*</b> (warzywa: por, marchew, pietruszka, <u>seler 9, pieczarki, , sól, pieprz mielony, zioła, majeranek, mąka pszenna 1, jogurt naturalny 7</u>) <b>Z MAKARONEM</b> (<u>mąka pszenna 1, jajko3</u>),</p> <p><b>KOTLET MIELONY</b> (topatka, olej, sól, pieprz, czosnek, papryka, majeranek, cebula, <u>mąka pszenna 1, jajka3, bułka tarta 1</u>),</p> <p><b>ZIEMNIAKI,</b></p> <p><b>SURÓWKA Z MŁODEJ KAPUSTY Z MARCHEWKĄ, KOPERKIEM I SOSEM</b></p> <p><b>WINEGRET</b> (kapusta biała koper świeży, cebula, marchewka, cytryna, olej, sól, pieprz mielony)</p> <p><b>KOMPOT ŚLIWKOWO- PORZECZKOWY</b> (woda, śliwka, porzeczka mrożona, cukier )</p>	<p>200/300gr</p> <p>80 /120gr</p> <p>195/260gr</p> <p>90/120gr</p> <p>150/200gr</p>	<p><b>KASZA MANNA Z MLEKIEM</b> (<u>pszenica 1, mleko7</u>)</p> <p><b>I MUSEM</b></p> <p><b>TRUSKAWKOWYM</b></p> <p><b>HERBATNIKI</b> (<u>mąka pszenna1, jajka3, mleko 7, soja 6</u>),</p> <p><b>HERBATA OWOCOWA,</b></p> <p><b>BANAN</b></p>	<p>150gr</p> <p>20gr</p> <p>150gr</p> <p>30gr</p>
---	--	---	---	---	---

**Środa 20.09.2023r.**

<p><b>CHLEB SŁONECZNIKOWY*</b> (<u>mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8, drożdże, sól, cukier</u>) <b>Z MASŁEM(7),</b></p> <p><b>PARÓWKI Z SZYNKI Z KE CZUPEM*</b></p> <p><b>KAWA</b> (<u>jęczmień 1, żyto 1</u>) <b>Z MLEKIEM(7)</b></p> <p><b>HERBATA OWOCOWA,</b></p> <p><b>JABŁKO</b></p>	<p>35/70gr</p> <p>3/5gr</p> <p>40/70gr</p> <p>150/200gr</p> <p>150/200gr</p> <p>30/50gr</p>	<p><b>ŻUREK</b> (<u>seler 9, zboża zawierające gluten1, Pszenica1, Mleko 7, Żyto 1, Soja 6</u>) : por, marchew, <u>seler 9,</u> pietruszka, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła, majeranek, ziemniaki, <u>jajko3,</u> ) <b>Z JAJKIEM I ZIEMNIAKAMI</b></p> <p><b>POTRAWKA SŁODKO -KWAŚNA Z INDIKA</b> (filet z indyka, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka, majeranek, cebula, <u>mąka pszenna 1,</u> papryka świeża, pieczarki, ananasy, marchew, pomidory w puszcze, koncentrat pomidorowy)</p> <p><b>RYŻ BRĄZOWY,</b></p> <p><b>SAŁATA LODOWA Z POMIDORAMI I SOSEM WINEGRET</b> (woda, olej, cytryna, sól, pieprz mielony, cukier),</p> <p><b>KOMPOT ŚLIWKOWO- PORZECZKOWY</b> (woda, śliwka, porzeczka mrożona, cukier )</p>	<p>200/300gr</p> <p>100/140gr</p> <p>150/200gr</p> <p>60/80gr</p> <p>150/200gr</p>	<p><b>NALEŚNIKI</b> (<u>mąka pszenna 1, jajko 3, mleko 7, cukier, cukier waniliowy</u>)</p> <p><b>DŻEM</b></p> <p><b>TRUSKAWKOWY/ SER BIAŁY (7)</b></p> <p><b>HERBATA OWOCOWA,</b></p> <p><b>BANAN</b></p>	<p>100gr</p> <p>150gr</p> <p>50gr</p>
--	---	--	--	--	---------------------------------------

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
<b>Czwartek 21.09.2023r.</b>					
<b>CHAŁKA PSZENNA*</b> (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) <b>Z MASŁEM(7)</b> <b>I POWIDŁA ŚLIWKOWE,</b> <b>ZUPA MLECZNA(7) Z MAKARONEM</b> (mąka pszenna 1, jajko 3), <b>HERBATA OWOCOWA,</b> <b>BANAN, ŚLIWKA</b>	35/70gr 3/5gr 10/20gr  200/300gr 150/200gr 30/50gr	<b>LANE KLUSKI</b> (warzywa: por , marchew, pietruszka, cebula, <b>seler 9</b> , sól , pieprz mielony, lubczyk <b>mąka pszenna 1, jajko3</b> ), UDKO Z KURCZAKA PIECZONE, <b>ZIEMNIAKI,</b> SURÓWKA MARCHWI, PORY I JABŁKA( sól, pieprz mielony, cukier, cytryna), <b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b> (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier )	200/300gr  70/110gr 195/260gr 60,/80gr  150/200gr	<b>KISIEL OWOCOWY</b> (mąka ziemniaczana, woda, cukier, truskawka owoce mieszane) <b>BUŁKA MAŚLANA*</b> (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) <b>Z MASŁEM(7),</b> <b>DŻEM TRUSKAWKOWY</b> <b>GRUSZKA</b> <b>HERBATA OWOCOWA</b>	150gr  40gr 3gr 5gr 30gr 150gr
<b>Piątek 22.09.2023r.</b>					
<b>BUŁKA GRAHAMKA</b> (Mąka pszenna graham, mąka pszenna, mąka żytnia1, drożdże, woda, cukier, olej, sól)/ <b>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*</b> (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) <b>Z MASŁEM(7),</b> <b>PASTA Z TUŃCZYKA, JAJKIEM3, SEREM ŻÓŁTYM 7 Z MAJONEZEM*(jaja 3, gorczyca10),</b> <b>KAWA</b> (jęczmień, żyto 1) <b>Z MLEKIEM(7)</b> <b>HERBATA OWOCOWA,</b> <b>JABŁKO</b>	90gr  35gr 3/5gr 20/40gr  150/200gr 150/200gr 30/50gr	<b>ZUPA WIELOWARZYWNA Z BRUKSELKĄ</b> (warzywa: por , marchew, <b>seler 9</b> , pietruszka, fasolka szparagowa, cebula, ziemniaki, <b>jogurt naturalny 7</b> , sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk), <b>RACUCHY</b> (mąka pszenna 1, jajko 3, mleko 7, cukier, cukier waniliowy, drożdże) <b>Z CUKREM PUDREM,</b> <b>JABŁKO</b> <b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b> (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier )	200/300gr  200/300gr  150/200gr	<b>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*</b> (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) <b>Z MASŁEM(7),</b> <b>SALATKA Z MAKARONEM RYŻOWYM, OGÓRKIEM I SZYNKĄ</b> (ser żółty 7, szczypiorek kukurydza, sól, pieprz, jogurt naturalny7, <b>(majonez*(jaja 3, gorczyca10)</b> <b>HERBATA ŻURAWINOWA</b> <b>BANAN</b>	35gr 3gr 10gr 150gr 30gr

\* 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 muszkatołowa, rozmaryn, cukier waniliowy, sól

# JADŁOSPIS

# WRZESIEŃ 2023r.

## ŚNIADANIE

## OBIAD

## PODWIECZOREK

Poniedziałek 25.09.2023r.

<p><b>CHLEB WIELOZIARNISTY</b> * (pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, nasiona słonecznika 8, gluten pszenny 1, woda, drożdże, sól, cukier)  <b>Z MASŁEM(7),</b>  <b>POŁĘDWICA SOPOCKA*,</b>  <b>POMIDOR</b>  <b>KAWA</b> (jęczmień 1, żyto 1) <b>Z MLEKIEM(7)</b>  <b>HERBATA Z CYTRYNĄ,</b>  <b>JABŁKO</b></p>	<p>35/70gr  3/5gr 20/30gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 50/100gr</p>	<p><b>ZUPA SZPINAKOWA</b>(warzywa: por , marchew, <u>seler 9</u>, pietruszka, <u>jogurt naturalny 7</u>, szpinak, sól , pieprz mielony , ziola, lubczyk, czosnek) <b>Z ZIEMNIAKAMI I JAJKIEM3</b>  <b>SPAGHETTI</b> (mąka pszenna 1, jajko 3), <b>Z POMIDORAMI I MIĘSEM</b> (koncentrat pomidorowy, olej, cebula, sól, pieprz mielony, papryka słodka, oregano, majeranek, bazylia, łąpatka, pomidory w puszcze)  <b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b>(woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier )</p>	<p>200/300gr  280/380gr  150/200gr</p>	<p><b>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*</b>(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier)  <b>Z MASŁEM(7),</b>  <b>PARÓWKI Z SZYNKI</b>  <b>Z KE CZUPEM*,</b>  <b>HERBATA ŻURAWINOWA</b>  <b>BANAN</b></p>	<p>35gr  3gr 10gr  150gr 30gr</p>
---	--	--	--	--	---

Wtorek 26.09.2023r.

<p><b>ROGALPSZENNY*</b>(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) <b>Z MASŁEM(7)</b>  I DŻEM TRUSKAWKOWY,  <b>PŁATKI KUKURYDZIANE*</b>(gluten 1, mleko 7, soja 6)  <b>Z MLEKIEM(7),</b>  <b>HERBATA OWOCOWA,</b>  <b>JABŁKO</b></p>	<p>35/70gr 3/5gr 10/20gr 200/300gr  150/200gr 30/50gr</p>	<p><b>BARSZCZ UKRAIŃSKI</b> ( warzywa: por , marchew, pietruszka, <u>seler 9</u>, <u>fasola Jaś 1</u>, kapusta biała, buraczki czerwone , <u>jogurt naturalny 7</u>, czosnek, sól , pieprz mielony, ziola, lubczyk)  <b>Z ZIEMNIAKAMI</b>  <b>GULASZ WIEPRZOWA W SOSIE WŁASNYM</b>(łopatka, cebula, <u>jogurt naturalny7</u>, <u>mąka pszenna1</u>, olej, majeranek, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka,) <b>KASZA JĘCZMIENNO-GRYCZANA</b>  <b>SURÓWKA KAPUSTY KISZONEJ MARCHWI , JABŁKA I CEBULI</b> (olej, sól, pieprz mielony, cukier),  <b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b>(woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier )</p>	<p>200/300g   70+30gr sos/ 90+60gr sos 90/150gr 60/100gr 150/200gr</p>	<p><b>TOST (CHLEB TOSTOWY PSZENNY* : mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier,)</b>  <b>MASŁO(7)</b>  <b>Z SEREM(7)</b>  <b>I SZYNKA*,</b>  <b>HERBATA OWOCOWA,</b>  <b>JABŁKO</b></p>	<p>100gr     150gr 30gr</p>
---	---	---	--	--	---

Środa 27.09.2023r.

<p><b>CHLEB SŁONECZNIKOWY*</b> (mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8, drożdże, sól, cukier)  <b>Z MASŁEM(7),</b>  <b>SER TOPIONY (7)</b>  <b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b>  <b>KAWA</b> (jęczmień 1, żyto 1) <b>Z MLEKIEM(7)</b>  <b>HERBATA OWOCOWA,</b>  <b>JABŁKO</b></p>	<p>35/70gr  3/5gr 15/30gr 20/30gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p><b>ZUPA Z ZIELONEGO GROSZKU</b> (zielony groszek, warzywa: por , marchew, <u>seler 9</u>, pietruszka, <u>jogurt naturalny 7</u>, sól , pieprz mielony , lubczyk, ziola) <b>Z ZIEMNIAKAMI</b>  <b>FASOLKA PO BRETOŃSKU</b> (fasola Jaś, koncentrat pomidorowy, majeranek, pieprz mielony, pieprz ziołowy, sól, olej, cebula, papryka słodka, oregano, bazylia, mięso wieprzowe, kiełbasa glogowska, boczek wędzony parzony)  <b>ZIEMNIAKAMI</b>  <b>KOMPOT ŚLIWKOWO- PORZECZKOWY</b> (woda, śliwka, porzeczka mrożona, cukier )</p>	<p>200/300gr  110/170gr  195/260gr 150/200gr</p>	<p><b>JABŁECZNIK</b> (mąka pszenna 1, <u>jaja3</u>, olej, cukier waniliowy , cukier, proszek do pieczenia, jabłko)  <b>KAKAO*</b>(gluten 1,soja 6, <u>mleko7</u>)  <b>BANAN</b></p>	<p>60gr   150gr 50gr</p>
--	---	---	--	---	--

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
<b>Czwartek 28.09.2023r.</b>					
<b>CHLEB PSZENNY*</b> ( <u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u> ) <b>Z MASŁEM(7)</b> <b>JAJKO GOTOWANE(3)</b> <b>SAŁATA MASŁOWA,</b> <b>POMIDOR, SZCZYPIOREK,</b> <b>KAKAO*</b> ( <u>gluten 1, soja 6, mleko7</u> ) <b>HERBATA OWOCOWA</b> <b>JABŁKO</b>	35/70gr 3/5gr 30/60gr 5/10gr 20/40gr 150/200g 150/200gr 30/50gr	<b>ZUPA POMIDOROWA</b> (warzywa: por , marchew, <u>seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7, sól , pieprz mielony , lubczyk, zioła, koncentrat pomidorowy</u> ), <b>Z MAKARONEM</b> ( <u>mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3,</u> ) <b>FILET Z KURCZAKA PANIEROWANY</b> ( <u>bułka tarta 1, mąka pszenna 1, jajko 3</u> ), ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM, <b>SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ</b> (z ogórkiem zielonym, papryką, pomidorem kukurydzą i fasolą czerwoną) <b>Z SOSEM WINEGRET</b> (woda, olej, cytryna, sól, pieprz mielony, cukier), <b>KOMPOT ŚLIWKOWO- PORZECZKOWY</b> (woda, śliwka, porzeczka mrożona, cukier )	200/300g 70/110gr 195/260gr 60/80gr 150/200gr	<b>KOKTAJL TRUSKAWKOWY</b> ( <u>jogurt naturalny7, truskawka, cukier</u> ), <b>CHAŁKA PSZENNA*</b> ( <u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u> ) <b>Z MASŁEM(7)</b> <b>HERBATA OWOCOWA,</b> <b>GRUSZKA</b>	150gr  35gr 3gr 150gr 40gr
<b>Piątek 29.09.2023r.</b>					
<b>BUŁKA GRAHAMKA</b> ( <u>Mąka pszenna graham, mąka pszenna, mąka żytnia1, drożdże, woda, cukier, olej, sól</u> )/ <b>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*</b> ( <u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u> ) <b>Z MASŁEM(7)</b> , <b>MAKRELA W POMIDORACH*</b> , <b>KAWA</b> ( <u>jęczmień, żyto 1</u> ) <b>Z MLEKIEM(7)</b> <b>HERBATA OWOCOWA,</b> <b>JABŁKO</b>	90gr 35gr 3/5gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	<b>ZUPA OGÓRKOWA</b> ( warzywa: por , marchew, pietruszka, <u>seler 9, ogórek kiszony, jogurt naturalny 7, czosnek, sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk</u> ) <b>Z ZIEMNIAKAMI</b> <b>PALUSZKI RYBNE</b> ( <u>mintaj 4, pieprz mielony, sól, olej, pieprz ziołowy oregano,, mąka pszenna 1, jajka 3, bułka tarta 1</u> ),/ <b>RYBA SMAŻONA</b> (miruna bez skóry4, pieprz mielony, sól, olej, pieprz ziołowy oregano, zioła prowansalskie, mąka pszenna 1, jajka 3, bułka tarta 1), <b>ZIEMNIAKI,</b> <b>MIZERIA</b> (ogórek zielony, <u>jogurt naturalny 7, koperek świeży, sól, pieprz mielony, cukier</u> ) <b>KOMPOT TRUSKAWKOW- PORZECZKOWY</b> (woda, truskawka, porzeczka mrożona, cukier )	      	<b>KANAPKA:</b> <b>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*</b> ( <u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u> ) <b>Z MASŁEM(7)</b> , <b>SER ŻÓŁTY(7)*,</b> <b>PAPRYKA CZERWONA</b> <b>HERBATA Z CYTRYNĄ</b> <b>JABŁKO</b>	150gr  3gr 20gr 15gr 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, bazylika, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muszkatołowa, rozmaryn, cukier waniliowy, sól