

# JADŁOSPIS      STYCZEŃ / LUTY 2024r.

## ŚNIADANIE

## OBIAD

## PODWIECZOREK

### PONIEDZIAŁEK 29.01.2024r.

<b>CHLEB PSZENNY*</b> ( <u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u> ) <b>Z MASŁEM(7),</b> <b>PASTA TWAROGOWA(7) Z POMIDORAMI SUSZONYMI I BAZYLIĄ</b> <b>POMIDOR KOKTAJLOWY</b> <b>KAKAO*(gluten 1, soja 6, mleko7)</b> HERBATA OWOCOWA, GRUSZKA	35/70gr 3/5gr 20/40gr  10/20gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	<b>ZUPA SZPINAKOWA</b> (warzywa: por , marchew, <u>seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7</u> , szpinak, sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk, czosnek) <b>Z ZIEMNIAKAMI I JAJKIEM3</b> <b>ŁAZANKI (mąka pszenna 1, jajko 3)</b> Z KAPUSTĄ I KIEŁBASĄ* , <b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b> (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier )	200/300g  250/340gr 150/200gr	<b>DESER JOGURTOWO-OWOCOWY Z SOSEM TRUSKAWKOWYM (jogurt naturalny7, truskawki, cukier, żelatyna)</b> <b>BISZKOPTY(mąka pszenna1, jajka3, mleko 7, soja 6)</b> <b>GRUSZKA</b> HERBATA Z CYTRYNĄ	150gr  20gr  30gr 150gr
--	---	--	--	---	--

### WTOREK 30.01.2024r.

<b>ROGAL MAŚLANY*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7)</b> DŻEM TRUSKAWKOWY, <b>KASZA MANNA Z MLEKIEM (pszenica 1, mleko7)</b> <b>Z MUSEM TRUSKAWKOWYM</b> HERBATA OWOCOWA, BANAN	35/70gr 3/5gr 10/20gr 200/300gr 20/40gr 150/200gr 30/50gr	<b>ZUPA GROCHOWA*</b> (warzywa: por, marchew, <u>seler 9, pietruszka, groch tuskany, czosnek, sól , pieprz mielony , zioła, majeranek, mąka pszenna 1</u> ) <b>Z ZIEMNIAKAMI</b> <b>NUGGETSY Z KURCZAKA W PŁATKACH KUKURYDZIANYCH (płatki kukurydziane * (gluten 1, mleko 7, soja 6) mąka pszenna 1, jajko 3, olej, sól, pieprz mielony)</b> RYŻ Z KURKUMĄ (sól, pieprz mielony, <u>masło7</u> , kurkuma), SAŁATA LODOWA Z POMIDORAMI I SOSEM WINEGRET (woda, olej, cytryna, sól, pieprz mielony, cukier), <b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b> (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier )	200/300g  70gr /90gr  150/200gr  95/130gr  150/200gr	<b>PIZZA Z SEREM ŻÓŁTYM , SZYNKĄ I ZIOŁAMI*(mąka pszenna1, drożdże, olej, sól, cukier, woda, ser żółty3, szynka drobiowa),</b> JABŁKO, GRUSZKA HERBATA Z CYTRYNĄ	100gr  30gr 150gr
---	---	--	--	--	----------------------------

### ŚRODA 31.01.2024r.

<b>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).</b> <b>PIECZEŃ RZYMSKA Z JAJKIEM*</b> ,(mięso mielone wieprzowe, <u>jajko3</u> , cebula <u>bułka tarta1</u> , pietruszka, pieprz, sól, zioła, olej ) <b>OGÓREK KISZONY, KIEŁKI RZODKIEWKI</b> <b>KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7)</b> HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO	35/70gr  3/5gr  10/20gr 10/20gr  150/200gr 150/200gr 30/50gr	<b>ZUPA POMIDOROWA</b> (warzywa: por , marchew, <u>seler 9, pietruszka, sól , pieprz mielony , lubczyk, zioła, koncentrat pomidorowy</u> ) <b>Z RYŻEM</b> <b>KOPYTKA</b> (ziemniak, sól, <u>mąka ziemniaczana1, mąka pszenna1, jajka3</u> ) <b>FILET Z KURCZAKA W SOSIE PIECZARKOWO - ŚMIETANOWYM,</b> ( <u>mąka pszenna 1, śmietana7, pieczarki, por, sól, pieprz ziołowy i czarny, zioła, natka pietruszki</u> ), KAPUSTA ZASMAŻANA (kapusta kiszona, cebula , sól, pieprz mielony, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek , , pieprz ziołowy) <b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b> (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier )	200/300g  150/200gr 60/90 gr 90/120gr  150/200g	<b>CHAŁKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7)</b> <b>POWIDŁA ŚLIWKOWE</b> <b>KAKAO*(gluten 1, soja 6, mleko7)</b> MANDARYNKA, JABŁKO, KIWI	70gr  3gr 10gr 150gr  30gr
---	---	---	---	---	--

### CZWARTEK 01.02.2024r.

<b>TOST (CHLEB TOSTOWY PSZENNY* : mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier,) MASŁO(7)</b> <b>Z SEREM(7), SZYNKĄ* I KETCHUPEM*(przecier</b>	100/150gr 3/5gr	<b>ŻUREK</b> (seler 9, zboża zawierające gluten1, Pszenica1, Mleko 7, Żyto 1, Soja 6) * warzywa: por , marchew, <u>seler 9, pietruszka, sól , pieprz mielony , lubczyk, zioła, majeranek, ziemniaki, jajko3.</u> )	200/300gr	<b>BUDYŃ CZEKOLADOWY (mleko 7, masło 7, cukier, cukier waniliowy, mąka</b>	150gr
---	--------------------	--	-----------	--	-------

pomidorowy 62%, cukier, ocet spirytusowy, sól, skrobia kukurydziana modyfikowana, aromat naturalny.) OGÓREK ZIELONY, POMIDOR <b>KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7)</b> HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO	10/20gr  150/200gr 150/200gr 30/50gr	<b>Z JAJKIEM I ZIEMNIAKAMI</b> <b>GULASZ WIEPRZOWY Z WARZYWAMI</b> (szynka wieprzowa, cebula, <b>mąka pszenna1</b> , olej, majeranek, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka, papryka czerwona, pieczarki, marchew, seler, por ) KASZA JĘCZMIENNO-GRYCZANA <b>BURACZKI</b> (cebula, sól, pieprz mielony, cukier, cytryna), <b>KOMPOT WIŚNIOWY- JABŁKOWY</b> (woda, wiśnia mrożona, jabłko cukier )	65+60gr sos/ 90+90gr sos 90/150gr 60/90gr 150/200gr	ziemniaczana, <b>kakao</b> <b>(gluten 1,soja 6, mleko7)</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE, GRUSZKA, MANDARYNKA HERBATA OWOCOWA	20gr 30gr 150gr
<b>PIĄTEK 02.02.2024r.</b>					
<b>CHLEB PSZENNY*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7),</b> <b>PASTA Z MAKRELI(4) W POMIDORACH*,</b> <b>(majonez*(jaja 3, gorczyca10)) Z JAJKIEM(3)</b> I OGÓRKIEM KISZONYM, <b>KAWA(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7)</b> HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 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>NALEŚNIKI (mąka pszenna 1, jajko 3,mleko 7, cukier, cukier waniliowy) Z TWAROŻKIEM (7)/ DŻEM TRUSKAWKOWY,</b> <b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b> (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier )	200/300gr  200/300gr  150/200gr	<b>BUŁKA WROCŁAWSKA</b> <b>PSZENNA*(mąka pszenna 1,</b> woda, drożdże, sól, cukier) <b>Z MASŁEM(7),</b> <b>SER ŻÓŁTY (7)</b> POMIDOR, SZCZYPIOREK, HERBATA MALINOWA JABŁKO	35gr  3gr 10gr 20gr 150g 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 ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muskatołowa, rozmaryn, cukier waniliowy, sól

<b>JADŁOSPIS</b>			<b>LUTY 2024r.</b>		
<b>ŚNIADANIE</b>		<b>OBIAD</b>		<b>PODWIECZOREK</b>	

**PONIEDZIAŁEK 05.02.2024r.**

<p><b>BUŁKA MAŚLANA*</b>(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) <u>Z MASŁEM(7)</u> I DŻEM TRUSKAWKOWY, <b>ZUPA MLECZNA(7) Z MAKARONEM(mąka pszenna 1, jajko 3),</b> HERBATA OWOCOWA, BANAN</p>	<p>35/70gr 3/5gr 10/20gr  200/300gr  150/200gr 30/50gr</p>	<p><b>ZUPA OGÓRKOWA</b> ( warzywa: por , marchew, pietruszka, <u>seler 9</u>, ogórek kiszony, <u>jogurt naturalny 7</u>, czosnek, sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk) Z ZIEMNIAKAMI <b>ZAPIEKANKA MAKARONOWA (mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3) Z MIĘSEM MIELONYM</b> I <b>ŻÓŁTYM SEREM(7)</b> ( <u>mąka pszenna 1, śmietana7,</u> , sól, pieprz ziołowy i czarny, zioła, natka pietruszki, mięso mielone ), KOMPOT WIELOOWOCOWY</p>	<p>200/300g  280/380gr  150/200gr</p>	<p><b>GOFRY (mleko7, jaja3, mąka pszenna1, cukier, cukier waniliowy, proszek do pieczenia, olej, sól)</b> <b>BITA ŚMIETANA7</b> BRZOSKWINIA MALINA HERBATA ŻURAWINOW <b>KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7)</b></p>	<p>120gr   10gr 10gr 150gr</p>
--	--	---	---	---	--

**WTOREK 06.02.2024r.**

<p><b>CHLEB PSZENNY*</b>(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) <u>Z MASŁEM(7)</u>, <b>JAJKO W SOSIE Tatarskim*</b> (<u>jajko3,ogórek kiszony, cebula, szczypiorek, majonez*(jaja 3, gorczyca10), jogurt naturalny, sól, pieprz mielony</u>) <b>KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7)</b> HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, MANDARYNKA</p>	<p>35/70gr 3/5gr  60/120gr  150/200gr 30/50gr</p>	<p><b>ZUPA GULASZOWA</b> (mięso wieprzowe, papryka świeża, kukurydza, pieczarki, por , marchew, pietruszka, cebula, <u>seler 9</u>, sól , pieprz mielony, lubczyk) <b>PIEROGI LENIWE Z MASŁEM I CUKREM</b> (ziemniaki, <u>mąka pszenna 1, jajko 3, ser biały7, cukier, masło7</u>) <b>JOGURT TRUSKAWKOWY</b> (<u>jogurt naturalny7, truskawka, cukier</u>), <b>KOMPOT PORZECZKOWY</b> (woda, porzeczka mrożona, cukier )</p>	<p>200/300gr  220/320gr  100/150gr 150/200gr</p>	<p><b>PIZZA Z SEREM ŻÓŁTYM , SZYNKĄ I ZIOŁAMI*</b>(<u>mąka pszenna1, drożdże, olej, sól, cukier, woda, ser żółty3, szynka drobiowa,</u> JABŁKO, HERBATA Z CYTRYNĄ</p>	<p>100gr   30gr 150gr</p>
---	---	--	--	---	---

**ŚRODA 07.02.2024r.**

<p><b>CHLEB SŁONECZNIKOWY*</b> (<u>mąka pszenna 1, mąka żytnia 1,woda, słonecznik 8, drożdże, sól, cukier</u>)<u>Z MASŁEM(7)</u>, <b>PARÓWKI Z SZYNKI Z KECZUPEM*</b> <b>KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7)/</b> HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO</p>	<p>35/70gr  3/5gr 40/70gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p><b>LANE KLUSKI (mąka pszenna 1, jajko 3) NA ROSOLE</b> (warzywa: por , marchew, pietruszka, cebula, <u>seler 9</u>, sól , pieprz mielony , lubczyk) <b>GOŁĄBKI W SOSIE POMIDOROWYM</b> (mięso mielone, kapusta biała, ryż, kasza jęczmienna, koncentrat pomidorowy, <u>mąka pszenna 1, śmietana 12% 7</u>, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka, majeranek, cebula) ZIEMNIAKI, KOMPOT WIELOOWOCOWY</p>	<p>200/300g  150+100gr sos 200+160gr sos 150/200gr 150/200gr</p>	<p><b>RAFAELLO NA KRAKERSACH(krakers (jęczmień,pszenicę1, jaja3 Sezam11, mleko7),mąka krupczatka1, masło7, wiórki kokosowe, cukier)</b> BANAN HERBATA OWOCOWA</p>	<p>60gr   30gr 150gr</p>
--	---	--	--	---	--

**ŚNIADANIE**

**OBIAD**

**PODWIECZOREK**

**CZWARTEK 08.02.2024r.**

<p><b>PAŃCZEK(mleko7, drożdże, cukier, cukier waniliowy, sól, <u>jajka3, mąka pszenna1, masło7</u>)</b></p>	<p>70gr</p>	<p><b>ZUPA POMIDOROWA</b> (warzywa: por , marchew, <u>seler 9</u>, pietruszka, <u>jogurt naturalny 7</u>, sól , pieprz mielony , lubczyk, zioła, koncentrat</p>	<p>200/300g</p>	<p><b>KISIEL OWOCOWY(mąka ziemniaczana, woda, cukier,</b></p>	<p>150gr</p>
---	-------------	---	-----------------	---	--------------

<p><b>KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7)</b> HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO, BANAN</p>	<p>150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>pomidorowy), Z <b>MAKARONEM (mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3,)</b> <b>GULASZ WIEPRZOWA W SOSIE WŁASNYM</b>(łopatka, cebula, <b>jogurt naturalny7, mąka pszenna1, olej, majeranek, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka,)</b> <b>ZIEMNIAKI</b> KAPUSTA ZASMAŻANA (kapusta biała, cebula, pomidory, sól, pieprz mielony, ziele angielskie, liść laurowy, oregano, majeranek, bazyli, pieprz ziołowy) KOMPOT WIELOOWOCOWY</p>	<p>70+30gr sos/ 90+60gr sos 195/260gr 60/80gr 150/200gr</p>	<p>truskawka owoce mieszane) CHRUPKI KUKURYDZIANE HERBATA OWOCOWA BANAN</p>	<p>30gr 150gr 30gr</p>
<b>PIĄTEK 09.02.2024r.</b>					
<p><b>CHLEB PSZENNY*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7),</b> <b>TWAROŻEK ŚMIETANKOWY(7)</b> OGÓREK ZIELONY <b>KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7)</b> HERBATA OWOCOWA, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 3/5gr 20/35gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p><b>ZUPA Z PIECZARKOWA* ( por, marchew, pietruszka, seler 9, pieczarki, , sól, pieprz mielony, zioła, majeranek, mąka pszenna 1, jogurt naturalny 7) Z MAKARONEM (mąka pszenna 1, jajko 3),</b> <b>RYBA PO GRECKU (miruna4, pieprz mielony, sól, olej, pieprz ziołowy oregano, zioła prowansalskie, , mąka pszenna 1, jajka 3, bułka tarta 1, marchew, por, pietruszka, seler9, cebula, koncentrat pomidorowy),</b> <b>ZIEMNIAKI,</b> <b>KOMPOT TRUSKAWKOW- PORZECZKOWY (woda, truskawka, porzeczka mrożona, cukier )</b></p>	<p>200/300gr  95+75g warz./ 125+100g warz. 195/260gr 150/200gr</p>	<p>SOK – MUS POMARAŃCZ- JABŁKO- BANAN- KIWI <b>CIASTKA OWSIANE Z ŻURAWINĄ, (mąka pszenna1,gluten1, cynamon, soda oczyszczona, sól, masło7, cukier, jaja3, płatki owsiane, gorzka czekolada, żurawina),</b> GRUSZKA HERBATA MALINOWA</p>	<p>150gr  30gr  50gr 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.