

# JADŁOSPIS

# PAŹDZIERNIK 2023r.

## ŚNIADANIE

## OBIAD

## PODWIECZOREK

Poniedziałek 16.10.2023r.

<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></p> <p><b>PASZTET DROBIOWY*</b>(woda, mięso z kurczaka, wątroba z kurczaka, kasza manna 1, sól, biało sojowe 6, warzywa suszone: cebula, marchew, pietruszka, serwatka z mleka 7),</p> <p><b>OGÓREK KISZONY,</b></p> <p><b>KAWA</b> (jęczmień 1, żyto 1) <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>ŻUREK</b> (seler 9, zboża zawierające gluten1, Pszenica1, Mleko 7, Żyto 1, Soja 6) * warzywa: por , marchew, <b>seler 9,</b> pietruszka, sól , pieprz mielony , lubczyk, zioła, majeranek, ziemniaki, <b>jajko3,</b> ) <b>Z JAJKIEM, KIEŁBASĄ I ZIEMNIAKAMI</b></p> <p><b>PRAŻUCHY</b> (ziemniak, mąka pszenna 1, mąka ziemniaczana) <b>Z CEBULKĄ SMAŻONĄ</b> (cebula, olej) <b>I MAŚLANKĄ (7)</b></p> <p><b>ARBUZ</b></p> <p><b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b></p>	<p>200/300gr</p> <p>195/260gr</p> <p>60/90gr</p> <p>150/200gr</p>	<p><b>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*</b>(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) <b>Z MASŁEM(7),</b></p> <p><b>SZYNKA DROBIOWA*,</b></p> <p><b>POMIDOR, SZCZYPIOREK,</b></p> <p><b>OGÓREK KISZONY</b></p> <p><b>HERBATA Z CYTRYNĄ,</b></p> <p><b>JABŁKO</b></p>	<p>35gr</p> <p>3gr</p> <p>10gr</p> <p>10gr</p> <p>10gr</p> <p>150gr</p> <p>30gr</p>
---	---	--	---	--	---

Wtorek 17.10.2023r.

<p><b>CHLEB PSZENNY*</b>(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) <b>Z MASŁEM(7)</b></p> <p><b>TWAROŻEK ŚMIETANKOWY(7)</b></p> <p><b>Z OGÓRKIEM I SZCZYPIORKIEM</b></p> <p><b>KAKAO*</b>(gluten 1, soja 6, mleko7)</p> <p><b>HERBATA OWOCOWA,</b></p> <p><b>GRUSZKA, MANDARYNKA</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>KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY*</b>(warzywa: por , marchew, <b>seler 9,</b> pietruszka, kapusta kiszona, cebula, ziemniaki, sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk, majeranek) <b>Z ZIEMNIAKAMI, ZAPIEKANKA MAKARONOWA</b> (mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3) <b>Z MIĘSEM MIELONYM I ŻÓŁTYM SEREM(7)</b> ( mąka pszenna 1, śmietana7, , sól, pieprz ziołowy i czarny, zioła, natka pietruszki, mięso mielone)</p> <p><b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b></p>	<p>200/300gr</p> <p>250/340gr</p> <p>150/200gr</p>	<p><b>DESER JOGURTOWO-OWOCOWY Z SOSEM TRUSKAWKOWYM</b> (jogurt naturalny7, , truskawki, cukier, żelatyna)</p> <p><b>BISZKOPTY</b> (mąka pszenna1, jajka3),,</p> <p><b>HERBATA Z CYTRYNĄ</b></p> <p><b>JABŁKO, BANAN</b></p>	<p>150gr</p> <p>30gr</p> <p>150gr</p> <p>30gr</p>
--	--	--	--	---	---

Środa 18.10.2023r.

<p><b>CHLEB SŁONECZNIKOWY*</b> (mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8, drożdże, sól, cukier) <b>Z MASŁEM(7),</b></p> <p><b>PARÓWKI Z SZYNKI Z KECZUPEM*</b></p> <p><b>POMIDOR KOKTAJLOWY</b></p> <p><b>KAWA</b> (jęczmień 1, żyto 1) <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>10/20gr</p> <p>150/200gr</p> <p>150/200gr</p> <p>30/50gr</p>	<p><b>ZUPA Z PIECZARKOWA*</b> (warzywa: por, marchew, pietruszka, <b>seler 9,</b> pieczarki, , sól , pieprz mielony , zioła, majeranek, , <b>joqurt naturalny 7)</b> <b>Z MAKARONEM</b>(mąka pszenna 1, jajko3),</p> <p><b>BIGOS*</b> (Kapusta biała , kapusta kiszona, kiełbaska głogowska, łopatka, sól, pieprz mielony, papryka czerwona,, zioła majeranek, pieprz ziołowy, koncentrat pomidorowy, cebula) ,</p> <p><b>ZIEMNIAKI,</b></p> <p><b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b></p>	<p>200/300gr</p> <p>70/90gr</p> <p>100/150gr</p> <p>150/200gr</p>	<p><b>NALEŚNIKI</b> (mąka pszenna 1, jajko 3, mleko 7, cukier, cukier waniliowy)</p> <p><b>Z DŻEM TRUSKAWKOWY,</b></p> <p><b>HERBATA OWOCOWA,</b></p> <p><b>JABŁKO, MANDARYNKA</b></p>	<p>100gr</p> <p>150gr</p> <p>50gr</p>
--	--	--	---	--	---------------------------------------

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
<b>Czwartek 19.10.2023r.</b>					
<b>CHAŁKA PSZENNA*</b> ( <u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) <b>Z MASŁEM(7)</b> <b>I POWIDŁA ŚLIWKOWE,</b> <b>ZUPA MLECZNA(7) Z MAKARONEM</b> ( <u>mąka pszenna 1</u> , jajko 3), <b>HERBATA OWOCOWA,</b> <b>BANAN</b>	35/70gr 3/5gr 10/20gr  200/300gr 150/200gr 30/50gr	<b>ZUPA- KREM Z DYNI</b> (por , marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, <u>joqurt naturalny 7</u> , dynia, ziemniaki, sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk) <b>Z GRZANKAMI*</b> ( <u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) <b>KOTLET MIELONY</b> (łopatka, olej, sól, pieprz , czosnek, papryka słodka, majeranek, cebula, <u>mąka pszenna 1</u> , jajka3, bułka tarta 1), <b>ZIEMNIAKI,</b> <b>GROSZEK Z MARCHEWKĄ</b> (sól, pieprz mielony, <u>masło7</u> ), <b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b>	200/300g  80 /120gr 195/260gr 60/90gr 150/200gr	<b>KISIEL OWOCOWY</b> ( <u>mąka ziemniaczana</u> , woda, cukier, truskawka owoce mieszane) <b>BUŁKA MAŚLANA*</b> ( <u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) <b>Z MASŁEM(7),</b> <b>DŻEM TRUSKAWKOWY</b> <b>JABŁKO</b> <b>HERBATA OWOCOWA</b>	150gr  40gr 3gr 5gr 30gr 150gr
<b>Piątek 20.10.2023r.</b>					
<b>BUŁKA GRAHAMKA</b> ( <u>Mąka pszenna graham</u> , <u>mąka pszenna</u> , <u>mąka żytnia1</u> , drożdże, woda, cukier, olej, sól)/ <b>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*</b> ( <u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) <b>Z MASŁEM(7),</b> <b>PASTA Z TUŃCZYKA , JAJKIEM3, SEREM ŻÓŁTYM 7 Z MAJONEZEM*</b> ( <u>jaja 3</u> , <u>gorczyca10</u> ), <b>KAWA</b> ( <u>jęczmień</u> , <u>żyto 1</u> ) <b>Z MLEKIEM(7)</b> <b>HERBATA OWOCOWA,</b> <b>JABŁKO, MANDARYNKA</b>	90gr  35gr 3/5gr 20/40gr  150/200gr 150/200gr 30/50gr	<b>ZUPA GROCHOWA*</b> (warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, groch łuskany, czosnek, sól, pieprz mielony, zioła, majeranek, <u>mąka pszenna 1</u> ) <b>Z ZIEMNIAKAMI</b> <b>RACUCHY</b> ( <u>mąka pszenna 1</u> , <u>jajko 3</u> , <u>mleko 7</u> , cukier, cukier waniliowy, drożdże) <b>Z JABŁKIEM I CUKREM PUDREM,</b> <b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b>	200/300gr  200/300gr 150/200gr	<b>SAŁATKA JARZYNOWA</b> (marchewka, ziemniaki, ogórek kiszony, pietruszka, seler, groszek zielony, kukurydza, majonez*( <u>jaja 3</u> , <u>gorczyca10</u> )) <b>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*</b> ( <u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) <b>Z MASŁEM(7),</b> <b>GRUSZKA</b> <b>HERBATA OWOCOWA</b>	60gr  35gr 5gr 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 ziółowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muszkatołowa, rozmaryn, cukier waniliowy, sól

# JADŁOSPIS

# PAŹDZIERNIK 2023r.

## ŚNIADANIE

## OBIAD

## PODWIECZOREK

Poniedziałek 23.10.2023r.

<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>)</p> <p><b>Z MASŁEM(7),</b> <b>SER TOPIONY (7)</b> <b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b> <b>KAWA (jęczmień 1, żyto 1) 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 JARZYNOWA Z BRUKSELKĄ</b> * (warzywa: por, marchew, pietruszka, <u>seler 9, ziemniaki, brukselka, , sól, pieprz mielony, ziola, majeranek, jogurt naturalny 7</u>) <b>Z ZIEMNIAKAMI</b> <b>MAKARON</b> (mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3,) <b>Z WARZYWAMI</b> (marchew, papryka czerwona, kukurydza, fasola czerwona, fasola szparagowa, pietruszka, cebula, <u>seler 9</u>) <b>I MIĘSEM DROBNIOWYM,</b> <b>HERBATA Z CYTRYNĄ</b></p>	<p>200/300g 200/300gr 150/200gr</p>	<p><b>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA</b>*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) <b>Z MASŁEM(7),</b> <b>PARÓWKI Z SZYNKI</b> <b>Z KE CZUPEM*,</b> <b>HERBATA ŻURAWINOWA</b> <b>BANAN, JABŁKO</b></p>	<p>35gr 3gr 10gr 150gr 30gr</p>
---	--	--	---	--	---

Wtorek 24.10.2023r.

<p><b>CHLEB PSZENNY</b>*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) <b>Z MASŁEM(7)</b> <b>PASTA TWAROGOWA(7) Z POMIDORAMI</b> <b>SUSZONYMI I BAZYLIĄ</b> <b>POMIDOR KOKTAJLOWY</b> <b>PŁATKI KUKURYDZIANE</b>*(<u>gluten 1, mleko 7, soja 6</u>) <b>Z MLEKIEM(7),</b> <b>HERBATA OWOCOWA,</b> <b>BANAN</b></p>	<p>35/70gr 3/5gr 20/40gr 10/20gr 200/300gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p><b>ZUPA POMIDOROWA</b> (warzywa: por, marchew, <u>seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7, sól, pieprz mielony, lubczyk, ziola, koncentrat pomidorowy</u>), <b>Z KASZĄ JAGLANĄ</b> <b>FILET Z KURCZAKA PANIEROWANY</b> (<u>bułka tarta 1, mąka pszenna 1, jajko 3</u>), <b>ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM,</b> <b>SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY Z JABŁKIEM</b>(kapusta czerwona, jabłko, cebula, kwasek cytrynowy, olej, sól, pieprz mielony) <b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b></p>	<p>200/300g 70/110gr 195/260gr 90/120gr 150/200gr</p>	<p><b>GALARETKA Z OWOCAMI</b> (ananas, brzoskwinia) <b>KAWA</b>(<u>jęczmień, żyto 1</u>) <b>Z MLEKIEM(7)</b> <b>CIASTKA ZBOŻOWE,</b> (<u>gluten1, mleko7, orzechy8, sezam11</u>), <b>GRUSZKA</b> <b>HERBATA OWOCOWA</b></p>	<p>150gr 150gr 30gr 30gr 150gr</p>
--	--	--	---	---	--

Środa 25.10.2023r.

<p><b>CHLEB SŁONECZNIKOWY</b>* (<u>mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8, drożdże, sól, cukier</u>) <b>Z MASŁEM(7),</b> <b>SCHAB PIECZONY –własny wyrób</b> <b>OGÓREK KISZONY</b> <b>POMIDOR</b> <b>KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7)</b> <b>HERBATA Z CYTRYNĄ,</b> <b>JABŁKO, GRUSZKA</b></p>	<p>35/70gr 3/5gr 20/40gr 10/20gr 10/20gr 150/200gr 150/200gr 50/100gr</p>	<p><b>ZUPA- KREM KALAFIOROWA</b> (por, marchew, <u>seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7, kalafior, ziemniaki, sól, pieprz mielony, ziola, lubczyk</u>) <b>Z GRZANKAMI</b>*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól</u>) <b>BITKI WIEPRZOWE W SOSIE WŁASNYM</b> (schab, cebula, <u>jogurt naturalny7, mąka pszenna1, olej, majeranek, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka,</u>) <b>KLUSKI ŚLĄSKIE</b> (mąka ziemniaczana, <u>jajko3, ziemniaki</u>) <b>KAPUSTA ZASMAŻANA</b> (kapusta biała, cebula, sól, pieprz mielony, ziele angielskie, liść laurowy, oregano, majeranek, bazylija, pieprz ziołowy) <b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b></p>	<p>200/300gr 70+30gr sos/ 90+60gr sos 195/260gr 90/120gr 150/200gr</p>	<p><b>MUFINKI Z CZEKOLADĄ</b> (<u>mąka pszenna 1, jajka3, olej, cukier waniliowy, cukier, proszek do pieczenia, czekolada( gluten 1,soja 6, mleko7),</u> <b>JABŁKO, ANANAS</b> <b>KAKAO</b>*(<u>gluten 1,soja 6, mleko7</u>) <b>HERBATA Z CYTRYNĄ</b></p>	<p>70gr 40gr 150gr</p>
---	---	--	--	---	--------------------------------

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
<b>Czwartek 26.10.2023r.</b>					
<b>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*</b> ( <u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u> ) <b>Z MASŁEM(7).</b> <b>JAJKO GOTOWANE(3)</b> <b>SALATA MASŁOWA,</b> <b>POMIDOR, SZCZYPIOREK,</b> <b>KAKAO*</b> ( <u>gluten 1, soja 6, mleko 7</u> ) <b>HERBATA OWOCOWA</b> <b>JABŁKO, MANDARYNAK</b>	35/70gr 3/5gr 30/60gr 5/10gr 20/40gr 150/200g 150/200gr 30/50gr	<b>LANE KLUSKI</b> ( <u>mąka pszenna 1, jajko 3</u> ) <b>NA ROSOLE</b> ( por , marchew, pietruszka, cebula, <u>seler 9, sól</u> , pieprz , lubczyk) <b>GOŁĄBKI W SOSIE POMIDOROWYM</b> (mięso mielone, kapusta biała, ryż, kasza jęczmienna, koncentrat pomidorowy, <u>mąka pszenna 1, śmietana 12% 7, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka, majeranek, cebula</u> ) <b>ZIEMNIAKI,</b> <b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b>	200/300gr 150+100gr sos/ 200+160gr sos 195/260gr 150/200gr	<b>KOKTAJL TRUSKAWKOWY</b> ( <u>jogurt naturalny 7, 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>BANAN, GRUSZKA</b>	150gr 35gr 3gr 150gr 40gr
<b>Piątek 27.10.2023r.</b>					
<b>BUŁKA GRAHAMKA</b> ( <u>Mąka pszenna graham, mąka pszenna, mąka żytnia 1, 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>PASTA TWAROGOWA(7) Z ŁOSOSIEM I OGÓRKIEM ZIELONYM ,</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>NALEŚNIKI</b> ( <u>mąka pszenna 1, jajko 3, mleko 7, cukier, cukier waniliowy</u> ) <b>Z TWAROŻKIEM (7)/ DŻEM TRUSKAWKOWY,</b> <b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b>	200/300gr 210/280gr 150/200gr	<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 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, bazylia, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muszkatołowa, rozmaryn, cukier waniliowy, sól