

JADŁOSPIS

LISTOPAD 2023r.

ŚNIADANIE

OBIAD

PODWIECZOREK

PONIEDZIAŁEK 06.11.2023R.

<p>CHLEB RAZOWY* (pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), SER ŻÓŁTY (7), OGÓREK KISZONY, POMIDOR</p> <p>KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7)</p> <p>HERBATA OWOCOWA, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 3/5gr 10/20gr 10/20gr 10/20gr 150/200g 150/200gr 30/50gr</p>	<p>ZUPA GULASZOWA (mięso wieprzowe, papryka świeża, kukurydza, pieczarki, por, marchew, pietruszka, cebula, seler 9, sól, pieprz mielony, lubczyk)</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)</p> <p>KOMPOT JABŁKOWO - WIŚNIOWY (woda, jabłko, wiśnie mrożone bez pestek, cukier)</p>	<p>200/300gr 200/300gr 150/200gr</p>	<p>TOST (CHLEB TOSTOWY PSZENNY* : mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier, MASŁO(7) Z SEREM(7), SZYNKĄ*1</p> <p>KETCHUPEM* (przecier pomidorowy 62%, cukier, ocet spirytusowy, sól, skrobia kukurydziana modyfikowana, aromat naturalny.)</p> <p>HERBATA OWOCOWA, BANAN, JABŁKO, KIWI,</p>	<p>100gr 150gr 30gr</p>
---	---	--	--	---	---------------------------------

WTOREK 07.11.2023R.

<p>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA* (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), TWAROŻEK ŚMIETANKOWY(7)</p> <p>OGÓREK ZIELONY</p> <p>KAKAO*(gluten 1, soja 6, mleko7)</p> <p>HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, BANAN</p>	<p>35/70gr 3/5gr 20/35gr 10/20gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>ZUPA BROKUŁOWA (warzywa: por, marchew, seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7, brokuł, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk) Z ZIEMNIAKAMI,</p> <p>KOTLET SCHABOWY (schab, mąka pszenna 1, jajka 3, bułka tarta 1, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka,) PIECZONE ZIEMNIAKI</p> <p>SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (z ogórkiem zielonym, papryką, pomidorem) Z MAJONEZEM*(jaja 3, gorczyca10),</p> <p>KOMPOT ŚLIWKOWO- JABŁKOWY (woda, wiśnia mrożona, jabłko, cukier)</p>	<p>200/300g 70/110gr 195/260gr 60/90gr 150/200gr</p>	<p>ROGAL PSZENNY* (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7)</p> <p>KREMEM CZEKOLADOWO-ORZECHOWYM*(orzechy8, soja 6, mleko7, gluten1)</p> <p>KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7)</p> <p>JABŁKO</p>	<p>35gr 3gr 10gr 150gr 30gr</p>
---	--	--	--	---	---

ŚRODA 08.11.2023R.

<p>CHLEB PSZENNY* (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), PASZTET WŁASNY WYRÓB (wieprzowina karkówka, wołowina, udko z kurczaka, boczec surowy, marchew, pietruszka, cebula, lubczyk, czosnek liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz czarny, papryka słodka, bułka* (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier))</p> <p>RZODKIEWKA</p> <p>OGÓREK KISZONY</p> <p>RUKOLA</p> <p>KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7)</p> <p>HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO, GRUSZKA</p>	<p>35/70gr 3/5gr 10/20gr 10/20gr 10/20gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>ZUPA FASOŁOWA (warzywa: por, marchew, seler 9, pietruszka, fasolka szparagowa, cebula, ziemniaki, jogurt naturalny 7, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk)</p> <p>KLOPSY WIEPRZOWE W SOSIE POMIDOROWYM (fotatka, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, koncentrat pomidorowy, lubczyk, papryka słodka, majeranek, cebula, mąka pszenna 1, jajka 3, jogurt naturalny 7, bułka tarta 1), ZIEMNIAKI,</p> <p>SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO I PAPRYKI ŚWIEŻEJ I CEBULI</p> <p>KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>200/300g 70+60gr sos/ 100+90gr sos 195/260gr 60/90gr 150/200gr</p>	<p>NALEŚNIKI (mąka pszenna 1, jajko 3, mleko 7, cukier, waniliowy) Z TWAROŻKIEM (7)/</p> <p>HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, TRUSKAWKI</p>	<p>150gr 20gr 150gr 50gr</p>
--	--	--	---	--	--

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
CZWARTEK 09.11.2023R.					
CHAŁKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1</u>, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) DZEMEM WIŚNIOWYM, PŁATKI CZEKOLADOWE Z MLEKIEM*(<u>gluten 1</u>, mleko 7, soja 6, orzechy 8) z mlekiem(7), HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, KIWI	35/70gr 3/5gr 15/30gr 200/300gr 150/200gr 30/50gr	KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY*(warzywa: por , marchew, <u>seler 9</u>, pietruszka, kapusta kiszona, cebula, ziemniaki, sól , pieprz mielony , ziola, lubczyk, majeranek) Z ZIEMNIAKAMI BURGERY Z INDYKA (filet z indyka, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka, jajka3, majeranek, cebula, <u>mąka pszenna 1</u>) BUŁKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1</u>, woda, drożdże, sól, cukier) MIX SAŁAT, OGÓRKI ZIELONY, PAPRYKA, POMIDOR, CEBULA CZERWONA SOS MAJONEZOWO*(<u>jaja 3</u>, <u>gorczyca10</u>),, sól, pieprz mielony) KETCHUPOWY*(przecier pomidorowy 62%, cukier, ocet spirytusowy, sól, skrobia kukurydziana modyfikowana, aromat naturalny.) KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)	200/300gr 85/115gr 150/200gr 60/80gr 150/200gr	BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1</u>, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), PARÓWKI Z SZYNKI Z KECZUPEM* HERBATA MALINOWA JABŁKO	35gr 3gr 40gr 150gr 50gr
PIĄTEK 10.11.2023R.					
CHLEB SŁONECZNIKOWY* (<u>mąka pszenna 1</u>, <u>mąka żytnia 1</u>, woda, słonecznik 8, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), PASTA Z MAKRELI W POMIDORACH*, (majonez*(<u>jaja 3</u>, <u>gorczyca10</u>)) Z JAJKIEM(3) I OGÓRKIEM KISZONYM, PAPRYKA CZERWONA KAWA(<u>jęczmień</u>, <u>żyto 1</u>) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 20/40gr 10/20 gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	BARSZCZ CZERWONY (warzywa: por , marchew, pietruszka, <u>seler 9</u> , buraczki czerwone, jogurt naturalny 7, czosnek, sól , pieprz mielony, ziola, lubczyk) Z ZIEMNIAKAMI, MAKARON Z BIAŁYM SEREM(7), (<u>mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1</u>, jajko 3 cukier, cukier waniliowy,) BANAN KOMPOT TRUSKAWKOW- PORZECZKOWY (woda, truskawka, porzeczka mrożona, cukier)	200/300gr 200/300gr 30/50gr 150/200gr	CIASTKA OWSIANE Z ŻURAWINĄ, (<u>mąka pszenna1</u>, <u>gluten1</u>, cynamon, soda oczyszczona, sól, <u>masło7</u> , cukier, <u>jaja3</u> , płatki owsiane, gorzka czekolada, żurawina), KISIEL TRUSKAWKOWY (<u>mąka ziemniaczana</u> , woda, cukier, truskawka owoce mieszane) , GRUSZKA HERBATA MALINOWA	30gr 150gr 50gr 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 gorzycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

pieprz mielony, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylika, tymianek, kminek, liść lubczyka, ziola prowansalskie, papryka słodka, cukier waniliowy, sól

JADŁOSPIS LISTOPAD 2023r.

ŚNIADANIE

OBIAD

PODWIECZOREK

PONIEDZIAŁEK 13.11.2023r.

CHAŁKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) DŻEM TRUSKAWKOWY, KASZA MANNA Z MLEKIEM (pszemica 1, mleko7) Z MUSEM TRUSKAWKOWYM HERBATA OWOCOWA, BANAN	35/70gr 3/5gr 10/20gr 200/300gr 20/40gr 150/200gr 30/50gr	ŻUREK (seler 9, zboża zawierające gluten1, Pszenica1, Mleko 7, żyto 1, Soja 6) * warzywa: por , marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, sól , pieprz mielony , lubczyk, zioła, majeranek, ziemniaki, <u>jajko3,</u>) Z JAJKIEM I ZIEMNIAKAMI ŁAZANKI (mąka pszenna 1, jajko 3) Z KAPUSTĄ I KIEŁBASĄ* , KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)	200/300g 250/340gr 150/200gr	CIASTO MARCHEWKOWE (mąka pszenna 1, jaja3, olej, cukier, marchewka , cukier, proszek do pieczenia, cynamon, <u>sól, orzechy (8)), BANAN, MANDARYNKA KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7)</u> HERBATA Z CYTRYNĄ	70gr 30gr 150gr
---	---	---	--	--	---------------------------

WTOREK 14.11.2023r.

CHLEB PSZENNY*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), JAJKO W SOSIE Tatarskim* (jajko3,ogórek kiszony, cebula, szczypiorek, majonez*(jaja 3, gorczyca10), jogurt naturalny, sól, pieprz mielony) KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, MANDARYNKA	35/70gr 3/5gr 60/120gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA WIELOWARZYWNA Z BRUKSELKĄ (warzywa: por , marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, fasolka szparagowa, cebula, ziemniaki, <u>jogurt naturalny 7, sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk,</u> NUGGETSY Z KURCZAKA W PŁATKACH KUKURYDZIANYCH (płatki kukurydziane * (gluten 1, mleko 7, soja 6) mąka pszenna 1, jajko 3, olej, sól, pieprz mielony) RYŻ BRĄZOWY Z WARZYWAMI I ZIOŁAMI (kukurydza, papryka świeża, zioła, <u>masło 7</u> , cebula, sól, pieprz mielony), SAŁATA LODOWA Z POMIDORAMI I SOSEM WINEGRET (woda, olej, cytryna, sól, pieprz mielony, cukier), KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)	200/300g 70gr /90gr 150/200gr 95/130gr 150/200gr	PIZZA Z SEREM ŻÓŁTYM , SZYNKĄ I ZIOŁAMI*(mąka pszenna1, drożdże, olej, sól, cukier, woda, <u>ser żółty3</u>, szynka drobiowa), JABŁKO, GRUSZKA HERBATA Z CYTRYNĄ	100gr 30gr 150gr
---	--	--	--	---	----------------------------

ŚRODA 15.11.2023r.

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), PIECZEŃ RZYMSKA Z JAJKIEM* , (mięso mielone wieprzowe, <u>jajko3</u> , cebula <u>bułka tarta1</u> , pietruszka, pieprz, sól, zioła, olej) OGÓREK KISZONY, KIEŁKI RZODKIEWKI KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 10/20gr 10/20gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA Z PIECZARKOWA* (por , marchew, pietruszka, <u>seler 9</u> , pieczarki, , sól , pieprz mielony , zioła, majeranek, <u>mąka pszenna 1, jogurt naturalny 7) Z MAKARONEM (mąka pszenna 1, jajko 3), KOPYTKA (ziemniak, sól, <u>mąka ziemniaczana1, mąka pszenna1, jajko3</u>) Z CEBULKĄ I KIEŁBASKĄ KAPUSTA ZASMAŻANA (kapusta kiszona, cebula , sól, pieprz mielony, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek , , pieprz ziołowy) KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier) </u>	200/300g 150/200gr 60/90 gr 90/120gr 150/200g	CHAŁKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) POWIDŁA ŚLIWKOWE KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7) MANDARYNKA, JABŁKO, KIWI 	70gr 3gr 10gr 150gr 30gr
--	---	---	---	---	--

CZWARTEK 16.11.2023r.

TOST (CHLEB TOSTOWY PSZENNY* : mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier,) MASŁO(7)	100/150gr 3/5gr	ZUPA SZPINAKOWA (warzywa: por , marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, <u>jogurt naturalny 7</u> , szpinak, sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk,	200/300gr	BUDYŃ CZEKOLADOWY (mleko 7, masło 7, cukier,	150gr
---	--------------------	--	-----------	---	-------

Z SEREM(7), SZYNKA*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	10/20gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	czosnek] Z ZIEMNIAKAMI I JAJKIEM3 BITKI WIEPRZOWY W SOSIE WŁASNYM (szynka wieprzowa, cebula, mąka pszenna1 , olej, majeranek, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka,) KASZA JĘCZMIENNO-GRYCZANA BURACZKI (cebula, sól, pieprz mielony, cukier, cytryna), KOMPOT WIŚNIOWY- JABŁKOWY (woda, wiśnia mrożona, jabłko cukier)	65+60gr sos/ 90+90gr sos 90/150gr 60/90gr 150/200gr	cukier waniliowy, mąka ziemniaczana, kakao (gluten 1,soja 6, mleko7) CHRUPKI KUKURYDZIANE, GRUSZKA, MANDARYNKA HERBATA OWOCOWA	20gr 30gr 150gr
PIĄTEK 17.11.2023r.					
CHLEB PSZENNY* (mąka pszenna 1 , woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) , PASTA TWAROGOWA(7) Z POMIDORAMI SUSZONYMI I BAZYLIĄ POMIDOR KOKTAJLOWY KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7) HERBATA OWOCOWA, GRUSZKA	35/70gr 3/5gr 20/40gr 10/20gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA POMIDOROWA (warzywa: por , marchew, seler 9 , pietruszka, sól , pieprz mielony , lubczyk, zioła, koncentrat pomidorowy] Z RYŻEM 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), ZIEMNIAKI, KOMPOT TRUSKAWKOW- PORZECZKOWY (woda, truskawka, porzeczka mrożona, cukier)	200/300gr 95+75g warz./ 125+100g warz. 195/260gr 150/200gr	GOFRY (mleko7, jaja3, mąka pszenna1 , cukier, cukier waniliowy, proszek do pieczenia, olej, sól) BITA ŚMIETANA7 BRZOSKWINIA MALINA HERBATA ŻURAWINOW KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7)	120gr 10gr 10gr 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, bazylią, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muskatołowa, rozmaryn, cukier waniliowy, sól