

JADŁOSPIS

WRZESIEŃ 2023r.

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
Poniedziałek 04.09.2023r					
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), POŁĘDWICA SOPOCKA*, OGÓREK ZIELONY, KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 20/30gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 50/100gr	KRUPNIK, (kasza jęczmienna, warzywa: por, marchew, seler 9, pietruszka, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła,) Z ZIEMNIAKAMI, SPAGHETTI (mąka pszenna 1, jajko 3), Z POMIDORAMI I MIĘSEM (koncentrat pomidorowy, olej, cebula, sól, pieprz mielony, papryka słodka, oregano, majeranek, bazylija, łąpatka, pomidory w puszcze), KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)	200/300gr 280/380gr 150/200gr	PLACUSZKI Z JABŁKIEM I CUKREM PUDREM (maślanka 7, proszek do pieczenia, cukier waniliowy, jajko 3, mąka pszenna 1) KAKAO* (gluten 1, soja 6, mleko 7)/ HERBATA OWOCOWA, BANAN, JABŁKO	100gr 150gr 30gr
Wtorek 05.09.2023r.					
CHAŁKA PSZENNA* (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) I DŻEM MALINOWY PŁATKI KUKURYDZIANE* (gluten 1, mleko 7, soja 6) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, BANAN	35/70gr 3/5gr 10/20gr 200/300gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA OGÓRKOWA Z KOPREM I ZIEMNIAKAMI (por, marchew, pietruszka, seler 9, ogórek kiszony, jogurt naturalny 7, czosnek, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk, koper świeży) PIECZEŃ WIEPRZOWA W SOSIE WŁASNYM (łopatka, cebula, jogurt naturalny 7, mąka pszenna 1, olej, majeranek, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka,) KASZA JĘCZMIENNO-GRYCZANA BURACZKI (cebula, sól, pieprz mielony, cukier, cytryna), KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)	200/300gr 70+60gr sos/ 110+90gr sos 165/225gr 75/100gr 150/200gr	BUDYŃ WANILIOWY (mleko 7, masło 7, cukier, cukier waniliowy, mąka ziemniaczana) Z MUSEM TRUSKAWKOWYM ROGAŁ PSZENNA* (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), JABŁKO, GRUSZKA HERBATA OWOCOWA	150gr 35gr 5gr 30gr 150gr
Środa 06.09.2023r.					
CHLEB GRAHAM* (pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, gluten pszenny 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), PASZTET DROBIOWY *(woda, mięso z kurczaka, wątroba z kurczaka, kasza manna 1, sól, białko sojowe 6, warzywa suszone: cebula, marchew, pietruszka, serwatka z mleka 7), OGÓREK KISZONY PAPRYKA ŚWIEŻA KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO, POMARAŃCZA	35/70gr 3/5gr 10/20gr 20/40gr 20/40gr 150/200g 150/200gr 30/50gr	BARSZCZ CZERWONY (warzywa: por, marchew, pietruszka, seler 9, buraczki czerwone, jogurt naturalny 7, czosnek, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk) Z ZIEMNIAKAMI, GYROS DROBIOWY, RYŻ BRĄZOWY Z ZIOŁAMI, KUKURYDZĄ I PAPRYKĄ ŚWIEŻĄ, SAŁATA LODOWA Z POMIDORAMI I SOSEM WINEGRET (woda, olej, cytryna, sól, pieprz mielony, cukier), KOMPOT JABŁKOWO - PORZECZKA (woda, jabłko, porzeczka mrożone bez pestek, cukier)	200/300gr 70/110gr 150/200gr 85/115gr 150/200gr	SAŁATKA JARZYNOWA (marchewka, ziemniaki, ogórek kiszony, pietruszka, seler, groszek zielony, kukurydza, majonez*(jaja 3, gorczyca 10)) BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA* (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), JABŁKO, BANAN HERBATA OWOCOWA	60gr 35gr 5gr 30gr 150gr
ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
Czwartek 07.09.2023r.					

<p><u>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*</u> (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), <u>TWAROŻEK ŚMIETANKOWY(7)</u> Z RZODKIEWKĄ <u>KAKAO*</u>(gluten 1,soja 6, mleko7)// HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, GRUSZKA</p>	<p>35/70gr 3/5gr 20/35gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p><u>LANE KLUSKI</u> (mąka pszenna 1, jajko 3) na rosole (warzywa: por, marchew, pietruszka, cebula, seler 9, sól, pieprz mielony, lubczyk) <u>KOTLET SCHABOWY PANIEROWANY</u> (bułka tarta 1, mąka pszenna 1, jajko 3), ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM, <u>MIZERIA</u> (ogórek zielony, jogurt naturalny 7, koperek świeży, sól, pieprz mielony, cukier) KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>200/300gr 70/110 gr 195/260gr 80/110gr 150/200gr</p>	<p><u>KASZA MANNA Z MUSEM TRUSKAWKOWYM</u> (mleko 7, (pszenica 1, cukier, kasza manna, truskawki), <u>CHRUPKI KUKURYDZIANE,</u> JABŁKO, HERBATA OWOCOWA</p>	<p>150gr 20gr 30gr 150gr</p>
Piątek 08.09.2023r.					
<p><u>CHLEB SŁONECZNIKOWY*</u> (mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), <u>SER ŻÓŁTY (7)</u> <u>PAPRYKA ŚWIEŻA</u> <u>KAWA</u> (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, ŚLIWKA</p>	<p>35/70gr 3/5gr 15/30gr 20/30gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p><u>ZUPA POMIDOROWA</u> (warzywa: por, marchew, seler 9, pietruszka, sól, jogurt naturalny 7, pieprz mielony, lubczyk, zioła, koncentrat pomidorowy) Z KASZĄ JAGLANĄ, <u>PALUSZKI RYBNE</u> (mintaj 4, pieprz mielony, sól, olej, pieprz ziołowy oregano,, mąka pszenna 1, jajka 3, bułka tarta 1), / RYBA SMAŻONA (miruna bez skóry4, pieprz mielony, sól, olej, pieprz ziołowy oregano, zioła prowansalskie, mąka pszenna 1, jajka 3, bułka tarta 1), ZIEMNIAKI, <u>SURÓWKA KAPUSTY KISZONEJ MARCHWI, JABŁKA I CEBULI</u> (olej, sól, pieprz mielony, cukier), <u>KOMPOT TRUSKAWKOW- PORZECZKOWY</u> (woda, truskawka, porzeczka mrożona, cukier)</p>	<p>200/300gr 90/125gr 195/260gr 90/120gr 150/200gr</p>	<p><u>JABŁECZNIK</u> (mąka pszenna 1, jaja3, olej, cukier waniliowy, cukier, proszek do pieczenia, jabłko) <u>KAKAO*</u>(gluten 1,soja 6, mleko7) BANAN, POMARAŃCZA</p>	<p>60gr 150gr 50gr</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 ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muskatołowa, rozmaryn, cukier waniliowy, sól

JADŁOSPIS WRZESIEŃ 2023r.		
ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK

Poniedziałek 11.09.2023r.					
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), POŁĘDWICA SOPOCKA*, POMIDOR KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 20/30gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 50/100gr	ZUPA Z CZERWONEJ SOCZEWICY* (warzywa: por, marchew, seler 9, pietruszka, soczewica, czosnek, sól, pieprz mielony, ziota, majeranek, mąka pszenna 1) Z ZIEMNIAKAMI MAKARON Z BIAŁYM SEREM(7), (mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3, cukier, cukier waniliowy,) KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)	200/300gr 280/380gr 150/200gr	PIZZA Z SEREM ŻÓŁTYM , SZYNKĄ I ZIOŁAMI*(mąka pszenna1, drożdże, olej, sól, cukier, woda, ser żółty3, szynka drobiowa), JABŁKO, BANAN HERBATA Z CYTRYNĄ	100gr 30gr 150gr
Wtorek 12.09.2023r.					
BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA* (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), TWAROŻEK ŚMIETANKOWY(7) Z OGÓRKIEM ZIELONYM KAKAO* (gluten 1, soja 6, mleko7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, BANAN	35/70gr 3/5gr 20/35gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	ROSÓŁ (por, marchew, pietruszka, cebula, seler 9, sól, pieprz mielony, lubczyk) Z MAKARONEM (mąka pszenna 1, jajko 3), NAGETSY Z FILETA Z KURCZAKA (bułka tarta 1, mąka pszenna 1, jajko 3), ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM, SAŁATA Z JOGURTEM NATURALNYM (7) KOMPOT ŚLIWKA- JABŁKOWY (woda, śliwka mrożona, jabłko cukier)	200/300g 70/110gr 195/260gr 60/80gr 150/200gr	KOKTAJL OWOCOWY (maślanka7, kiwi, banan, truskawka, cukier), CHRUPKI KUKURYDZIANE, HERBATA OWOCOWA GRUSZKA, JABŁKO	150gr 20gr 150gr 30gr
Środa 13.09.2023r.					
CHLEB PSZENNY* (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) PASTA Z JAJEK(7) ZE SZCZYPIORKIEM KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, GRUSZKA	35/70gr 3/5gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA KALAFIOROWA (por, marchew, seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7, kalafior, sól, pieprz mielony, ziota, lubczyk) Z ZIEMNIAKAMI, ŁAZANKI (mąka pszenna 1, jajko 3), Z KAPUSTĄ I KIEŁBASĄ* KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)	200/300g 280/380gr 150/200gr	CHAŁKA PSZENNA* (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) KREMEM CZEKOLADOWO- ORZECHOWYM* (orzechy8, soja 6, mleko7, gluten1) KAKAO* (gluten 1, soja 6, mleko7) HERBATA OWOCOWA, BANAN, JABŁKO	70gr 3gr 10gr 150gr 150gr 30gr
ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
Czwartek 14.09.2023r.					
CHAŁKA PSZENNA* (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) I DŻEM TRUSKAWKOWY,	35/70gr 3/5gr 10/20gr	ZUPA POMIDOROWA (warzywa: por, marchew, seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7, sól, pieprz mielony, lubczyk, ziota, koncentrat pomidorowy) Z RYŻEM	200/300gr 70+60gr	GALARETKA Z OWOCAMI (ananas, brzoskwinia) KAWA (jęczmień, żyto 1)	150gr

<p><u>PŁATKI OWSIANE</u>(gluten1) <u>Z MLEKIEM(7)</u> I <u>ŻURAWINA</u> HERBATA OWOCOWA, BANAN, GRUSZKA</p>	<p>200/300gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>SCHAB_W SOSIE WŁASNYM (schab, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, lubczyk, papryka słodka, majeranek, cebula, <u>mąka pszenna 1</u>), KASZA JĘCZMIENNO-GRY CZANA SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ MŁODEJ, MARCHWI, PORY Z SOSEM WINEGRET(woda, olej, cytryna, sól, pieprz mielony, cukier), KOMPOT WIELOOWOCOWY(woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>sos/ 110+90gr sos 165/225gr 90/120gr 150/200gr</p>	<p><u>Z MLEKIEM(7)</u> CIASTKA ZBOŻOWE, (gluten1, mleko7, orzechy8, sezam11), WINOGRON HERBATA OWOCOWA]</p>	<p>150gr 30gr 30gr 150gr</p>
Piątek 15.09.2023r.					
<p><u>BUŁKA GRAHAMKA</u> (Mąka pszenna graham, mąka pszenna, mąka żytnia1, drożdże, woda, cukier, olej, sól)/ <u>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*</u>(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) <u>Z MASŁEM(7),</u> PASTA Z MAKREŁĄ W POMIDORACH*, (majonez*(jaja 3, gorczyca10)) Z JAJKIEM(3) I OGÓREK KISZONY, <u>KAWA</u>(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO</p>	<p>90gr 35gr 3/5gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>ZUPA Z ZIEŁONEGO GROSZKU (zielony groszek, warzywa: por , marchew, <u>seler 9</u>, pietruszka, <u>jo gurt naturalny 7</u>, sól , pieprz mielony , lubczyk, zioła] Z ZIEMNIAKAMI KLUSKI DROŹDŹOWE (<u>mąka pszenna 1</u>, <u>jajko 3</u>, <u>mleko 7</u>, cukier, cukier waniliowy, drożdże] <u>Z SOSEM JOGURTOWO-TRUSKAWKOWYM</u> (<u>jo gurt naturalny 7</u>, <u>truskawki</u>, <u>cukier</u>) KOMPOT ŚLIWKOWO- PORZECZKOWY (woda, śliwka, porzeczka mrożona, cukier)</p>	<p>200/300gr 90/160gr 60/90gr 150/200gr</p>	<p>KISIEL TRUSKAWKOWY (mąka ziemniaczana, woda, cukier, truskawka owoce mieszane) , <u>BISZKOPTY</u> (mąka pszenna1 , <u>jajka3</u>), GRUSZKA, BANAN HERBATA MALINOWA</p>	<p>150gr 30gr 30gr 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.

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