

Jadłospis

18.10. - 02.11.2021r.

Dn.18.10.2021 r. (poniedziałek)

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku (**mleko 2%**)⁽⁷⁾. Bułka graham(**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z masłem⁽⁷⁾, **jajkiem**⁽³⁾, ogórkiem zielonym i szczypiorkiem. Chleb wieloziarnisty (**mąka pszenna, mąka żytnia, płatki owsiane, sezam**)^(1,6) z **pastą twarogową**⁽⁷⁾. Herbata owocowa. Banan.

Obiad: Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami (**mleko 2%, mąka pszenna, seler**)^(1,7,9). Ryż mieszany (biały 70%, pełnoziarnisty 30%), ryba w panierce sezamowej (**dorsz, jajka, sezam**)^(3,4,11), marchewka z groszkiem (**mleko**)⁽⁷⁾. Kompot z mieszanych owoców (7 - składników). Jabłko.

Podwieczorek: Placki drożdżowe na maśle (**mąka pszenna, jajka, maślanka**)^(1,3,7) z konfiturą truskawkową. Herbata miętowa z cytryną.

Dn.19.10.2021 r. (wtorek)

Śniadanie: Chleb mieszany (**mąka pszenna, mąka żytnia, płatki owsiane**)⁽¹⁾ z **pastą z tuńczyka i jajek**^(3,4), chałka z miodem. Jabłko. Herbata z melisy i pomarańczy.

Obiad: Zupa z fasolą szparagową i ziemniakami (**mleko 2%, mąka pszenna, seler**)^(1,7,9). Łazanki z mięsem i kapustą kiszoną^(1,3). Kompot ze śliwek. Gruszka.

Podwieczorek: Racuchy owsiane^(1,3,7) (**maślanka, jajka, płatki owsiane**) z truskawkami polane miodem i skropione sokiem z cytryny. Herbata miętowa

Dn.20.10.2021 r. (środa)

Śniadanie: Chleb wieloziarnisty (**mąka pszenna, mąka żytnia, płatki owsiane, sezam**)^(1,11) z **masłem**⁽⁷⁾, **twarogiem**⁽⁷⁾ z ogórkiem, natką pietruszki i ziołami. Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z szynką drobiową i pomidorem. Płatki kukurydziane na **mleku**⁽⁷⁾. Banan. Herbata z kopru włoskiego.

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami (**mleko, seler**)^(7,9). Ziemn. puree (**mleko**)⁽⁷⁾, pieczeń rzymska (**bułka tarta, jajka**)^(1,3), sos koperkowy (**mąka pszenna, śmietana**)^(1,7), kapusta czerwona gotowana. Kompot z jabłek. Gruszka.

Podwieczorek: Budyń domowy o smaku waniliowym (mąka pszenna, mleko)^(1,7), mus truskawkowy z jogurtem naturalnym⁽⁷⁾, Herbata miętowa.

Dn.21.10.2021 r. (czwartek)

Śniadanie: Płatki owsiane na **mleku**⁽⁷⁾. Kajzerki (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, sałatą zieloną, kielbasą krakowską suchą i pomidorem. Chleb baltonowski (**mąka pszenna, mąka żytnia**) z **masłem**⁽⁷⁾ serem żółtym, ogórkiem zielonym i rzodkiewką. Herbata z cytryną. Kiwi.

Obiad: Zupa neapolitańska z makaronem (**mleko 2 %, mąka pszenna, jajka, seler**)^(1,3,7,9). Kopytka ze szpinakiem (**mąka pszenna, jajka**)^(1,3), marchewka z jogurtem i pomarańczą⁽⁷⁾. Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Chleb z paszтетem „własnego wyrobu”⁽⁹⁾ (wątróbka wieprzowa, łopátka wieprzowa, udko z kurczaka, **seler**, marchew, cebula, sól, pieprz, gałka muszkatołowa, imbir, czosnek) i ogórkiem kiszonym. Woda z cytryną. Kiwi.

Dn.22.10.2021 r. (piątek)

Śniadanie: Kaszka kukurydziana na **mleku**⁽⁷⁾. Chleb wieloziarnisty (**mąka pszenna, mąka żytnia, płatki owsiane, sezam**)^(1,11) z **pastą jajeczno-serową**^(3,7,10) (**jajka, rzodkiewka, ser żółty gouda, jogurt naturalny, pieprz naturalny, musztarda, majonez, koper zielony, szczypiorek, papryka czerwona mielona**), chleb mieszany (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, sałatą zieloną, szynką wiejską, rzodkiewka i papryką czerwoną. Herbata miętowa z cytryną. Mandarynka.

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem (**mleko, seler**)^(7,9). Ziemn. puree⁽⁷⁾ (**mleko**) z koperkiem, kotlet rybny pieczony (**bułka tarta, jajka**)^(1,3,4), sałatka z ogórków kiszonych z papryką, cebulą i marchewką. Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Kanapka owocowa^(1,7) (chałka, serek homogenizowany waniliowy, kiwi, jabłko, gruszka, banan). Herbatka rumiankowa.

Dn.25.10.2021 r. (poniedziałek)

Śniadanie : Kawa z **mlekiem**⁽⁷⁾. Bułka graham (**mąka pszenna, płatki owsiane, soja, sól jęczmienny**)^(1,6) z **pastą rybną (sardynka w pomidorach, ser twarogowy półtłusty**^(4,7))/chleb baltonowski (**mąka pszenna i mąka żytnia**) z **masłem**⁽⁷⁾ szynką wieprzową, pomidorem i szczypiorkiem. Herbata z cytryną. Jabłko.

Obiad: Zupa pieczarkowa z łazankami (**mąka pszenna, jajka, mleko 2%, seler**)^(1,3,7,9). Ziemn. puree (**mleko 2%**)⁽⁷⁾, pałka z kurczaka w sezamie (**sezam**)⁽¹¹⁾, surówka z kapusty pekińskiej.

Kompot z jabłek.

Podwieczorek: **Jogurt** naturalny z owocami (**mleko**)⁽⁷⁾. Herbatniki. Herbata miętowa.

Dn.26.10.2021 r. (wtorek)

Śniadanie: Kakao naturalne na mleku (**mleko 2%**)⁽⁷⁾. Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾. Sałatka jarzynowa z jabłkiem (tradycyjna)^(7,9,10), filet z indyka pieczony w rękawie. Woda z cytryną. Jabłko.

Obiad: Zupa jarzynowa z pomidorami (**seler**)⁽⁹⁾.

Kasza jęczmienna perłowa na półsypko, pulpety mięsne w sosie koperkowym (**jajka, mąka pszenna, mleko**)^(1,3,7), buraczki czerwone z jabłkiem. Kompot. Gruszka.

Podwieczorek: Zapiekanka hawajska^(1,7) (chleb tostowy, ser żółty, ananas, ketchup). Napój z miodem i cytryną.

Kiwi.

Dn.27.10.2021 r. (środa)

Śniadanie: Płatki jaglane na **mleku**⁽⁷⁾. Bułka wieloziarnista (**mąka pszenna, mąka żytnia, płatki owsiane, sezam**)^(1,11) z pastą z kielbasy (jajka, kielbasa podwawelska, szczypiorek)⁽³⁾. Chleb mieszany (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ serem mozzarella i pomidorem. Herbata z cytryną. Gruszka.

Obiad: Żurek na maślanie z ziemniakami (**mąka żytnia razowa, maślanka naturalna, seler**)^(1,7,9).

Kluski parowe z sosem truskawkowym (**mąka pszenna, jajka, jogurt, mleko 2%**)^(1,3,7). Kompot.

Mandarynka.

Podwieczorek: Bagietka (**mąka pszenna**)⁽⁷⁾ zapiekana z kielbasą krakowską, kukurydzą, serem żółtym i ketchupem, sałatka z sałaty zielonej, pomidora i rzodkiewki. Herbata miętowa. Kiwi.

Dn.28.10.2021 r. (czwartek)

Śniadanie: Kawa zbożowa na mleku (**mleko 2%**)⁽⁷⁾. Chleb razowy na zakwasie (**mąka pszenna, mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ z twarogiem (**ser biały**)⁽¹⁾ i rzodkiewką posypywany nasionami słonecznika. Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, szynką drobiową, pomidorem i szczypiorkiem.

Herbata. Banan.

Obiad: Ciasto lane z kluseczkami drobiowymi (**mąka pszenna, jajka, seler**)^(1,3,9).

Ziemniaki puree (**mleko 2%**)⁽⁷⁾, halibut pieczony na parze⁽⁴⁾, bukiet warzyw z **masłem**⁽⁷⁾. Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Kanapki „Motylki”^(1,3,7) (bułka kajzerka, masło, sałata zielona, jajka, rzodkiewka, ogórek zielony, papryka czerwona, szczypiorek). Herbata „dzika róża”. Kiwi.

Dn.29.10.2021 r. (piątek)

Śniadanie: Bułka zwykła (**mąka pszenna, mąka żytnia**)⁽¹⁾ z pastą twarogową (**ser twarogowy półtłusty**)⁽⁷⁾ z **jogurtem naturalnym**⁽⁷⁾, miodem i prażonym słonecznikiem⁽⁷⁾. Chleb wieloziarnisty (**mąka pszenna, mąka żytnia, płatki owsiane, sezam**)^(1,11) z szynką wiejską i pomidorem. Zupa mleczna z makaronem zacierkowym (**mąka pszenna, jajka, mleko 2%**)^(1,3,7). Herbatka owocowa. Gruszka.

Obiad: Barszcz biały z ziemniakami (**mleko, mąka żytnia, seler**)^(1,7,9).

Kasza gryczana, gulasz wołowy w sosie własnym, surówka z kiszanej kapusty. Kompot. Gruszka.

Podwieczorek: Placki drożdżowe na maślanie^(1,3,7) (**mąka pszenna, jajka, maślanka**). Herbatka miętowa. Kiwi.

Dn.02.11.2021 r. (wtorek)

Śniadanie: **Mleko**⁽⁷⁾. Bułka wrocławska (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ z miodem, chleb z dynią (**mąka pszenna i mąka żytnia, płatki owsiane, sezam**)^(1,11), z **masłem**⁽⁷⁾ sałatą zieloną, szynką drobiową i pomidorem. Mandarynka. Herbata rumiankowa.

Obiad: Zupa kalafiorowa z mianą (**seler**)⁽⁹⁾.

Ziemniaki puree (**mleko 2%**)⁽⁷⁾, schab pieczony w sosie własnym, buraczki czerwone. Kompot z jabłek.

Podwieczorek: Koktajl z banana i truskawek (**jogurt naturalny**)⁽⁷⁾. Chrupki kukurydziane. Herbatka z lipy. Gruszka.

Oznaczenie alergenów: 1- zboża zawierające gluten, 3- jajka i produkty pochodne, 4- ryby i produkty pochodne, 6- soja i produkty pochodne, 7- mleko i produkty mleczne, 9- seler zwyczajny, 10- gorczyca, 11- nasiona sezamu.