

Jadłospis

29.09.-13.10.2023r.

Dn.29.09.2023 r. (piątek)

Śniadanie: Musli na mleku (**mleko 2%**)⁽⁷⁾. Chleb jurajski z nasionami (**mąka pszenna, mąka żytnia**)⁽¹⁾ z pastą twarogową (**ser twarogowy półtłusty**)⁽⁷⁾ z **jogurtem naturalnym**⁽⁷⁾ rzodkiewką i szczypiorkiem. Chleb baltonowski (**mąka pszenna, mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, szynką wieprzową, papryką czerwoną i ogórkiem zielonym. Herbata z dzikiej róży. Gruszka.

Obiad: Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami (**mleko %**, **mąka pszenna, seler**)^(1,7,9).

Makaron (pszenica, jajka)^(1,3) z **serem**⁽⁷⁾ i musem truskawkowym. Kompot z jabłek.

Podwieczorek: Bułka kajzerka (**mąka pszenna**)⁽¹⁾ z pastą jajeczną (**jajka**, majonez, **śmietana**, szczypiorek, pieprz, papryka czerwona mielona)^(3,7) /jajkiem i ogórkiem kiszonym. Herbatka z kopru włoskiego. Sliwka.

Dn.02.10.2023r. (poniedziałek)

Śniadanie: Kakao naturalne na mleku (**mleko 2%**)⁽⁷⁾. Chleb baltonowski (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, sałata zieloną, serem żółtym, pomidorem i szczypiorkiem. Bułka krzyżki z nasionami (**mąka żytnia, mąka pszenna**)⁽¹⁾ z pastą twarogową (**ser twarogowy półtłusty**)⁽⁷⁾ z **jogurtem naturalnym**⁽⁷⁾, i szczypiorkiem. Banan.

Obiad: Krupnik z ryżu (**seler**)⁽⁹⁾.

Ziemn. puree (**mleko 2%**)⁽⁷⁾, filet drobiowy w panierce (jajka, bułka tarta, olej)^(1,3), surówka z marchwi i pomarańczy z **jogurtem naturalnym**⁽⁷⁾. Kompot. Jabłko.

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

Dn.03.10.2023 r. (wtorek)

Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem (**mleko**)⁽⁷⁾. Bułka wyborowa z pastą rybną (**sardynka** w pomidorach, **ser twarogowy półtłusty**)^(4,7). Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna, mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, szynką drobiową ogórkiem zielonym i rzodkiewką. Herbata owocowa. Jabłko.

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem (**mąka pszenna, jajka, mleko 2%, seler**)^(1,3,7,9).

Kluski śląskie (**jajka**)⁽³⁾, gulasz wieprzowy w sosie własnym, kapusta czerwona gotowana. Kompot śliwkowy.

Podwieczorek: Budyń domowy o smaku czekoladowym^(1,3) (**mleko 2%**, skrobia ziemniaczana, **żółtka jaj**, cukier, kakao naturalne). Rodzynki suszone. Herbatniki owsiane. Herbata owocowa.

Dn.04.10.2023 r. (środa)

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku (**mleko**)^(1,7). Chleb baltonowski (**mąka pszenna**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, kielbasą krakowską suchą i pomidorem. Chleb jurajski (**mąka pszenna, mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, **jajkiem**⁽³⁾ gotowanym, rzodkiewką, papryką czerwoną i szczypiorkiem. Herbata z cytryną. Jabłko.

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

Naleśniki (**pszenica, mleko, jajka**)^(1,3,7) z **serem**⁽⁷⁾ i musem truskawkowym. Kompot.

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

Dn.05.10.2023 r. (czwartek)

Śniadanie: Kasza bulgar na mleku (**mleko 2%**)⁽⁷⁾. Bułka wrocławska (**mąka pszenna**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ z **serem żółtym**⁽⁷⁾ i pomidorem. Chleb baltonowski (**mąka pszenna, mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, sałatą zieloną, szynką drobiową i ogórkiem zielonym. Herbatka rumiankowa. Mandarynka.

Obiad: Zupa neapolitańska z makaronem (**ser żółty, mąka pszenna, jajka, seler**)^(1,3,7,9)

Ziemn. puree (**mleko 2%**)⁽⁷⁾, ryba z pieca (**dorsz**)⁽⁴⁾, mini marchewki z **masłem**⁽⁷⁾. Kompot. Jabłko.

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

Dn.06.10.2023 r. (piątek)

Śniadanie : Kakao. (**mleko**)⁽⁷⁾. Bułka graham (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z twarożkiem (**ser twarogowy półtłusty**) i **jogurtem naturalnym**⁽⁷⁾, rzodkiewką i szczypiorkiem. Chleb baltonowski (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ **masłem**⁽⁷⁾, szynką wieprzową, pomidorem i szczypiorkiem. Herbata z cytryną. Jabłko.

Obiad: Zupa ogórkowa z ryżem (**śmietana, seler**)^(7,9).

Ziemniaki puree (**mleko 2%**)⁽⁷⁾, kotlet schabowy w panierce owsianej (**bułka tarta, jajka**)^(1,3), fasolka

zielona z **masłem**⁽⁷⁾. Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Koktajl z banana (**jogurt naturalny**)⁽⁷⁾. Biskopity. Herbatka miętowa z cytryną.

Dn. 09.10.2023 r. (poniedziałek)

Śniadanie: Płatki jęczmienne na mleku (**jęczmień, mleko 2%**)^(1,7). Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ sałatą zieloną, szynką drobiową i pomidorem. Bułka zwykła (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ **serem żółtym**⁽⁷⁾ i ogórkiem zielonym. Herbata owocowa. Gruszka.

Obiad: Zupa koperkowa z lanym ciastem na wywarze mięsnym (**pszenica, jajka, seler**)^(1,3,9).

Ziemniaki puree (**mleko 2%**)⁽⁷⁾, pałka z kurczaka z **sezamem**⁽¹¹⁾, marchewka z groszkiem (**mleko 2%, mąka pszenna**)^(1,7). Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Mus z truskawek. Ciastka maślane (**mąka krupczatka, masło, żółtka, cukier puder**)^(1,3,7). Herbatka miętowa.

Dn. 10.10.2023 r. (wtorek)

Śniadanie: Zacierki na mleku (**mąka pszenna, jajka, mleko**)^(1,3,7). Bułka zwykła (**mąka pszenna**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, szynką drobiową i pomidorem. Chleb z **masłem**⁽⁷⁾, pasztetem z królika (**jajka**)⁽³⁾ i ogórkiem kiszonym. Herbata owocowa. Banan.

Obiad: Zupa ogórkowa z ryżem (**mleko 2%, seler**)^(1,7,9)

Kluski leniwe (**ser twarogowy, mąka pszenna, jajka, bułka tarta, masło**)^(1,3,7), surówka z marchwi i jabłka. Kompot.

Podwieczorek: Bułka hot dog z parówką i ketchupem (**mąka pszenna**)⁽¹⁾. Sałatka z sałaty zielonej, pomidora i rzodkiewki. Kiwi.

Dn. 11.10.2023 r. (środa)

Śniadanie: Kawa z **mlekiem 2%**⁽⁷⁾. Bułka swojska (**mąka pszenna**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾. **Jajecznica** na **mleku**^(3,7) z pomidorem i szczypiorkiem. Chleb baltonowski (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ ze schabem pieczonym z rękawa i ogórkiem zielonym. Kiwi.

Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana (**mleko 2%, seler**)^(7,9).

Kasza perłowa na półsypko, paluszki rybne (**bułka tarta, jajka, halibut, mintaj, dorsz**)^(1,3,4), sos grecki (marchew, pietruszka, **seler**⁽⁹⁾, olej, pieprz, sok z cytryny), surówka (sałata zielona, papryka czerwona, pomidor, oliwa z oliwek, sok z cytryny, szczypiorek). Kompot.

Podwieczorek: Pizza „Małego Pinokia” (**mąka pszenna, jajka, mleko 2%, drożdże, oliwa, papryka kolorowa, brokuły, cebula, czosnek, przecier pomidorowy, ser mozzarella, sól, pieprz, bazylia**)^(1,3,7). Herbatka z cytryną. Jabłko.

Dn. 12.10.2023 r. (czwartek)

Śniadanie: Chleb baltonowski (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ **serem mozzarella**⁽⁷⁾ i pomidorem. Bułka wrocławska pastą jajeczną ze szczypiorkiem. Kawa zbożowa na **mleku**⁽⁷⁾. Gruszka.

Obiad : Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami (**seler**)⁽⁹⁾.

Spaghetti z wołowiną w sosie pomidorowym i papryką. Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Ciasto drożdżowe ze śliwkami^(1,3,7) (**mąka pszenna, jajka, mleko**)⁽⁷⁾. Herbatka miętowa.

Dn. 13.10.2023 r. (piątek)

Śniadanie: Chleb jurajski (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ i pastą z **dorsza**⁽³⁾/chleb baltonowski (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ szynką z indyka, pomidorem i szczypiorkiem. **Płatki owsiane**⁽¹⁾ na **mleku**⁽⁷⁾. Herbata z cytryną. Jabłko.

Obiad: Zupa kalafiorowa z mianą i klusieczkami drobiowymi (**jajka, seler**)^(3,9).

Ziemniaki puree (**mleko**)⁽⁷⁾, pulpety w sosie pomidorowym, kapusta biała gotowana z koperkiem. Kompot. Gruszka.

Podwieczorek: Bułka **kajzerka** (**mąka pszenna**) z **masłem**^(1,7). Koktajl z truskawek (**jogurt naturalny**)⁽⁷⁾. Kiwi.

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.