

Jadłospis

15.09. - 28.09.2023r.

Dn.15.09.2023 r. (piątek)

Śniadanie: Chleb razowy ze słonecznikiem (**mąka pszenna, mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, sałatą zieloną, jajkiem z tuńczykiem^(3,4) (jajka, tuńczyk w kawałkach w sosie własnym, ogórek kwaszony, jabłko, szczypiorek). Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ serem żółtym⁽⁷⁾ i pomidorem. Kawa zbożowa z **mlekiem**⁽⁷⁾. Gruszka.

Obiad: Zupa kalafiorowa z mianą (**pszenica, seler**)^(1,9).

Kluski śląskie (**jajka**)⁽³⁾, schab pieczony w sosie własnym, buraczki czerwone. Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Ciasto drożdżowe ze śliwkami (**mąka pszenna, jajka, mleko 2%**)^(1,3,7). Herbata miętowa z cytryną.

Dn.18.09.2023 r. (poniedziałek)

Śniadanie: Musli na **mleku**⁽⁷⁾. Bułka kajzerka (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, sałatą zieloną, **jajkiem**⁽³⁾, ogórkiem zielonym, rzodkiewką i szczypiorkiem (kanapki „Motylki”), Rogal (**mąka pszenna**)⁽¹⁾ z pastą twarogową (**ser twarogowy półtłusty**)⁽⁷⁾ z **jogurtem naturalnym**⁽⁷⁾, miodem i prażonym słonecznikiem⁽⁷⁾. Herbata z cytryną. Jabłko.

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

Ryż na półsypko, klopsy wieprzowe w sosie pomidorowym (**jajka, mleko**)^(3,7), kapusta biała gotowana z koperkiem. Kompot z mieszanych owoców (7- składników). Gruszka

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). Herbata z cytryną. Nektarynka.

Dn.19.09.2023 r. (wtorek)

Śniadanie: Kajzerki (**mąka pszenna**)⁽¹⁾ z twarogiem (**ser twarogowy półtłusty**) i **jogurtem naturalnym**⁽⁷⁾ na słodko, chleb jurajski z nasionami (**mąka pszenna, mąka żytnia, siemię lniane**) z **masłem**⁽⁷⁾, sałata zieloną, polędwicą wieprzową, pomidorem i rzodkiewką. Kawa z **mlekiem**⁽⁷⁾. Herbatka owocowa. Banan.

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

Ziemniaki puree (**mleko 2%**)⁽⁷⁾, ryba po grecku (**dorsz**)⁽³⁾, marchew, pietruszka, **seler**⁽⁹⁾, olej, pieprz, sok z cytryny), surówka (sałata zielona, papryka czerwona, pomidor, oliwa z oliwek, sok z cytryny, szczypiorek). Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, sałata zieloną, szynką wieprzową gotowaną/ jajkiem i pomidorem. Herbata rumiankowa. Śliwka.

Dn.20.09.2023 r. (środa)

Śniadanie: Płatki **owsiane**⁽¹⁾ na **mleku**⁽⁷⁾. Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, sałata zieloną, szynką wieprzową gotowaną, pomidorem i rzodkiewką/bułka „krzyśki” (**mąka pszenna, mąka żytnia, siemię lniane, słonecznik, dynia**)⁽¹⁾ z pastą twarogową (**ser twarogowy półtłusty**)⁽⁷⁾ z **jogurtem naturalnym**⁽⁷⁾ i szczypiorkiem. Gruszka.

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

Kluski leniwe^(1,3,7) (**ser twarogowy półtłusty, mąka pszenna, jajka, bułka tarta, masło**), marchewka tarta z jabłkiem z dodatkiem **jogurtu naturalnego**⁽⁷⁾ i pomarańczą. Woda z cytryną.

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

Dn.21.09.2023 r. (czwartek)

Śniadanie: Jajecznica na mleku (**jajka, mleko**)^(3,7) z pomidorem i szczypiorkiem. Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, pasta z sera białego z rzodkiewką. Kawa z **mlekiem**⁽⁷⁾. Herbata z cytryną. Jabłko.

Obiad: Zupa z fasolą szparagową i ziemniakami (**mleko 2%, mąka pszenna, seler**)^(1,7,9)

Kasza na półsypko, gulasz wieprzowy, kapusta kiszona gotowana. Kompot.

Podwieczorek: Koktajl owocowy z bananem (**jogurt naturalny**)⁽⁷⁾. Chrupki kukurydziane. Herbatka miętowa.

Dn.22.09.2023 r. (piątek)

Śniadanie: Kakao naturalne na **mleku**⁽⁷⁾. Bułka wyborowa (**mąka pszenna**)⁽¹⁾ z pastą **twarożkową**⁽⁷⁾ ze szczypiorkiem, chleb baltonowski (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾, z **masłem**⁽⁷⁾ sałatą zieloną, szynką wiejską i pomidorem. Jabłko. Herbata z „dzikiej róży”.

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem (**mleko 2%, mąka pszenna, jajka, seler**)^(1,7,9)
Ziemn. puree (**mleko 2%**)⁽⁷⁾, pałka z kurczaka w sezamie (**sezam**)⁽¹¹⁾, mizeria z ogórków. Herbata. Gruszka.

Podwieczorek: Kanapka owocowa^(1,7) (chałka, serek homogenizowany, kiwi, jabłko, gruszka, banan).
Bułka zwykła (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, szynka wieprzową gotowaną i ogórkiem zielonym. Herbatka miętowa.

Dn.25.09.2023 r. (poniedziałek)

Śniadanie: Płatki jaglane na mleku (**mleko**)⁽⁷⁾. Chleb baltonowski (**mąka pszenna, mąka żytnia**)⁽¹⁾ z kielbasą krakowską i ogórkiem zielonym. Rogal (**mąka pszenna**)⁽¹⁾ z **serkiem** homogenizowanym⁽⁷⁾ i dżemem 100 % owoców. Herbata z cytryną. Jabłko.

Obiad: Zupa kalafiorowa z mianą i kuleczkami drobiowymi (**pszenica, jajka, seler**)^(1,3,9).
Ziemniaki puree (**mleko 2%**)⁽⁷⁾, paluszki rybne (**dorsz/halibut jajka, bułka tarta, płatki owsiane**)^(1,3,4), marchewka z groszkiem (**mleko**)⁽⁷⁾. Kompot.

Podwieczorek: Kajzerka (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ szynką z indyka/jajkiem, pomidorem, sałatą zieloną. Herbata z cytryną. Śliwka.

Dn.26.09.2023 r. (wtorek)

Śniadanie: Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna, mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, kielbasą krakowską suchą i pomidorem. Kawa z mlekiem (**mleko 2%**)⁽⁷⁾. Chleb z pasztetem z królika i ogórkiem kiszonym. Gruszka.

Obiad: Żurek na maślanie z ziemniakami (**mąka żytnia razowa, maślanka naturalna, seler**)^(1,7,9).
Kluski parowe (**pszenica, mleko, jajka**)^(1,3,7) z **jogurtem**⁽⁷⁾ i musem truskawkowym. Kompot.

Podwieczorek: Bułka hot dog z parówką i ketchupem (**mąka pszenna**)⁽¹⁾. Sałatka z pomidorów z **jogurtem**⁽⁷⁾
Herbata z cytryną. Śliwka.

Dn.27.09.2023 r. (środa)

Śniadanie: Bułki graham (**mąka pszenna, mąka żytnia, płatki owsiane**)⁽¹⁾ z twarożkiem (**ser twarogowy półtłusty**) i **jogurtem naturalnym**⁽⁷⁾, rzodkiewką i szczypiorkiem, chleb jurajski z nasionami (**mąka pszenna, mąka żytnia, siemię lniane**)⁽¹⁾ z szynką drobiową i pomidorem⁽³⁾. Kawa z **mlekiem**⁽⁷⁾. Banan.

Obiad: Barszcz ukraiński z ziemniakami (**seler**)⁽⁹⁾.
Ryż na półsypko, kurczak w warzywach. Kompot. Jabłko.

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

Dn.28.09.2023 r. (czwartek)

Śniadanie: Kakao naturalne z mlekiem (**mleko 2%**)⁽⁷⁾. Chleb baltonowski (**mąka pszenna, mąka żytnia**)⁽¹⁾ pastą z dorsza (**dorsz, soczewica słonecznik, cytryna, olej i ogórek kiszony**)⁽⁴⁾. Bułka mammamia (**mąka pszenna**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ z pastą twarogową (**ser twarogowy półtłusty**)⁽⁷⁾ z **jogurtem naturalnym**⁽⁷⁾ i rzodkiewką. Banan.

Obiad: Rosół z makaronem (**mąka pszenna, jajka, seler**)^(1,3,9).
Ziemn. puree (**mleko**)⁽⁷⁾, potrawka z wołowiny, bukiet warzyw z masłem (**mleko**)⁽⁷⁾. Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Bułka **kajzerka** (**mąka pszenna**) z **masłem**^(1,7), pastą jajeczną (**jajka, majonez, śmietana, szczypiorek, pieprz, papryka czerwona mielona**)^(3,7), ogórek kwaszony. Chleb pyrek z **masłem**⁽⁷⁾, kielbasą krakowską parzoną i pomidorem. Herbatka z kopru włoskiego. Nektarynka.

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.