**JADŁOSPIS II DEKADA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | **Od 04.11.2023 r. do 13.10.2023r.** |
| **DZIEŃ** | **ŚNIADANIE 7.30 – 8.00 \*alergeny** | **II ŚNIADANIE****10.30 – 11.00****\*alergeny** | **OBIAD 13.30 – 14.00 \*alergeny** | **PODWIECZOREK****16.30-17.00****\*alergeny** | **KOLACJA 19.30 – 20.00 \*alergeny** |
| ***1*** | ***04******sob*** | ***Serek topiony ze szczypiorkiem 50g******Chleb pszenno-żytni200 , 1\* Kanapkowa 25 g,******DW: chleb pszenny 200g 1\*******Sałata 40g******Kakao 200g*** | ***Budyń z owocami z granolą*** | ***Z: Krupnik z zieleniną 400 ml 1\*7\*9\**** ***D: zupa makaronowa 400 ml 1\*3\*9\*******Fasolka po bretońsku 220g 1\*******Ziemniaki z wody 600g******BM+DW: ryż z jabłkiem 300g******Syrop owocowy 250 ml*** | ***Hamburger razowy z pieczoną karkówką, warzywami i sosem*** | ***Mortadela 80g*** ***Chleb 200g******Kanapkowa 25 g,*** ***Herbata 250 ml******DBM: dżem 75g******Papryka czerwona 50g*** |
| ***2*** | ***05******ndz*** | ***Jajecznica ze szczypiorkiem i cebulą z 2 jaj*** ***Chleb pszenno-żytni200 g, 1\* kanapkowa 25 g,*** ***Herbata 250 ml*** ***DW+DT: jajko gotowane na miękko 2 szt******DW: chleb pszenny 200g 1\*******Jabłko 1 szt (150g)*** | ***Leniwe kopytka z masłem i kruszonym twarogiem*** | ***Z: Jarzynowa z zielenniną400 ml 1\*,7\*,9******Kotlet schabowy 120g******ziemniaki z wody600 g,******mizeria z ogórków ze śmietaną i koperkiem******syrop owocowy 250 ml******DW: schab gotowany******Sos biały******DBM: naleśniki z marmoladą 1\*3\*7\**** | ***Hot-dog z pieczoną kiełbasą, warzywami, sosem i prażoną cebulką*** | ***Szprot w pomidorach z cebulką 80g*** ***Majonez 20g******Chleb 200 g, 1\**** ***kanapkowa 25 g,*** ***Herbata 250 ml******DW+BM+DT: serek topiony kiełbaska100g7\*******Ogórek kiszony 100g******Mleko 200 ml*** |
| ***3*** | ***06******pon*** | ***Mleko 400 ml*** ***Kiełbasa kanapkowa 80g******Chleb pszenno-żytni200 g, 1\* Kanapkowa 25 g,******herbata 250 ml******DW: chleb pszenny 200g 1\*******DBM+DT: pasztet sojowy 56g******Sałata 40g***  | ***Owsianka z owocami*** | ***Z:Barszcz czerwony z zieleniną 400 m 1\*7\*9\*******Wątroba drobiowa duszona*** ***z cebulką 200g******Ziemniaki z wody 600g******Ogórek kiszony 100g*** ***Syrop owocowy 250 ml******DW: wątroba gotowana*** ***z sosem białym 140g 1\*7\*******BM: kotlety sojowe 5 szt x 50g*** | ***Kanapka z pastą rybną, piklami i sałatą*** | ***Ryż z musem jabłkowym300g (200g jabłka)******Chleb 200 g, 1\**** ***Kanapkowa 25 g,*** ***Herbata 250 ml*** |
| ***4*** | ***07******wt*** | ***Płatki owsiane 400 ml******Jajka w majonezie ze szczypiorkiem 2 szt******Chleb pszenno-żytni200 g, 1\* Kanapkowa 25 g,******DW: chleb pszenny 200g 1\*******Jabłko 150g******Herbata 250 ml*** | ***Papryka faszerowana mięsem drobiowym, ryżem i warzywami zapiekana z serem, pieczywo*** | ***Z: Zupa pomidorowa z makaronem ze startą włoszczyzną i suszonym lubczykiem******Mintaj duszony z warzywami 200g******Ziemniaki z wody z koperkiem 600g******Surówka z kapusty kiszonej z cebulka i papryką 200g******Syrop 250 ml*** ***DW: ryba pieczona w folii z warzywami 125 g*** | ***Kisiel z owocami*** | ***Pasztet 65g 1\*,7\*******Chleb 200 g, 1\**** ***kanapkowa 25 g,*** ***Herbata 250 ml******BM: krem czekoladowy 80g******DT: szynka drobiowa 80g******Ogórek zielony 100g***  |
| ***5*** | ***08******śr*** | ***Makaron na mleku 400 ml******Ser biały ze szczypiorkiem 100g,*** ***Chleb pszenno-żytni200 g, 1\* Kanapkowa 25 g,******DW: chleb pszenny 200g 1\*******Marchew 1 szt. (150g)*** ***Herbata 250 ml*** | ***Bułki na parze z sosem truskawkowym*** | ***Z: Barszcz Biały z cebulką, kiełbasą i zieleniną 400 ml 1\*,7\*,9\*******Kaszanka smażona z cebulą 200 g,***  ***ziemniaki z wody z koperkiem 600 g,*** ***Ogórek kiszony 1szt.,*** ***syrop owocowy 250 ml******DW+DBM: pierogi z serem 8 szt 6*** | ***Tortilla z szynką, serem i warzywami*** | ***Szynka drobiowa 80g 1\*,3\*,5\*,6\*,7\*,9\*,10\*,11\*******Chleb 200 g, 1\**** ***Kanapkowa 25 g,*** ***Herbata 250 ml******DBM: dżem 75g******Papryka czerwona 100g***  |
| ***6*** | ***09******czw*** | ***Kiełbasa biała parzona 100g*** ***musztarda 20g,******Chleb pszenno-żytni200 g, 1\* kanapkowa 25 g,*** ***Herbata 250 ml*** ***DBM+DC+DT+DW: .serek smakowy 120g 7\*******DW: chleb pszenny 200g 1\*******Kefir 150g*** ***Płatki kukurydziane – 400 ml***  | ***Babka z kaszy gryczanej z twarożkiem i warzywami*** | ***Z: Fasolowa z cebulą, kiełbasą i zieleniną 400 ml*** ***Mielony wieprzowy z cebulą130 g,*** ***ziemniaki z wody z koperkiem 600 g, surówka z kapusty białej z kukurydzą, papryką czerwoną, zieloną i marchewką 150 g, 3\*,7\*******syrop owocowy 250 ml******DW: Pulpet, sos biały 120 g 1\*******BM: Naleśniki z dżemem 4 szt. 1\*,3\*,7*** | ***Koktajl warzywno-owocowy*** | ***Kiełbasa piwna 80g, 6\*,10\*******Chleb 200 g, 1\**** ***kanapkowa 25 g,*** ***Herbata 250 ml******DBM+DT: serek topiony kiełbaska100g 7\*******Ogórek zielony 150g***  |
| ***7*** | ***10******pt*** | ***Parówka drobiowa1 szt. - 100g*** ***ketchup 20 g,*** ***Chleb pszenno-żytni 200 g, 1\* Kanapkowa 25 g,*** ***herbata 250 ml******9DW:chleb pszenny 200g 1\*******Jabłko 150g******BM: serek wiejski 150g 7\*******Kaszka manna 400 ml***  | ***Chia na mleku kokosowym z brzoskwinią*** | ***Z: kapuśniak ze słodkiej kapusty z zieleniną 400 ml******D: zupa kaszkowa 400ml******Gulasz wieprzowy duszony z warzywami(mix papryki, cebula, marchew, seler, pietruszka) 120 ml******Kasza jęczmienna120g******Ogórek kiszony 150g******Syrop owocowy 250 ml******DBM: gulasz sojowy 150g*** | ***Pizza domowa na grubym cieście***  | ***Kiełbasa kanapkowa 80g, 6\*******Chleb 200 g, 1\**** ***Kanapkowa 25 g,*** ***Herbata 250 ml******DBM: krem czekoladowy 80g 5\*******Marchew 100g*** |
| ***8*** | ***11******sob*** | ***Kakao 200 ml******ser żółty salami 30g, 7\*******dżem 50 g,******Chleb pszenno-żytni200 g, 1\* Kanapkowa 25 g,******DW: chleb pszenny 200g 1\**** | ***Galaretka z truskawkami i bitą śmietaną*** | ***Z: Zupa z fasolki zielonej z zieleniną ze śmietaną 400 ml 1\*,7\*,9\*******Bigos 370 g, ziemn. z wody 600g, syrop owocowy 250 ml.*** ***DW: Sztuka mięsa got 120 g, sos holenderski z warzywami***  ***surówka wielowarzywna 150g 9\*******DBM: Bigos z warzywami 370g 9\**** | ***Sałatka ryżowa z jajkiem, piklami i tuńczykiem*** | ***Kaszanka z cebulką 200g 1\*,7\**** ***Chleb 200 g, 1\**** ***kanapkowa 25 g,*** ***Herbata 250 ml******DW+DC+DT: parówka 1szt – 100g******BM: Dżem 75g******Ogórek kiszony 100g*** |
| ***9*** | ***12******ndz*** | ***Krem czekolad. 80g 5\*******Chleb pszenno-żytni200 g, 1\* Kanapkowa 25 g,*** ***herbata 250 ml******DC+DW+DT: ser biały chudy100g 7\*******DW: chleb pszenny 200g 1\*******Jabłko 1 szt. 150g*** | ***Ciasto marchewkowe*** | ***Z: Jarzynowa z zieleniną 400 ml*** ***DW: Krupnik 400 ml 1\*,9\*******Spaghetti mięsne z makaronem duszone z warzywami 300g, 1\*,3\*,7\**** ***syrop owocowy 250 ml,*** ***DW: Spaghetti mięsno-warzywne 300g 1\*,3\*,7\*9\*******DBM: Sos pomidorowy z cebulką 300g 1\**** | ***Pajda chleba wiejskiego z pastą z fasoli i ogórkiem kiszonym*** | ***Mortadela 80g 6\*,10\*******Chleb 200 g, 1\**** ***kanapkowa25 g,*** ***Herbata 250 ml******DBM: jako gotowane 2 szt 3\*******Sałata 40g******Pomidor 100g******Mleko 200 ml*** |
| ***10*** | ***13******pon*** | ***Płatki owsiane 400 ml******Marmolada 80 g,*** ***Chleb pszenno-żytni200 g, 1\*******Kanapkowa 25 g,******DW: chleb pszenny 200g 1\*******DC: kiełbasa szynkowa 80g 6\*,1 jogurt 150g*** ***herbata 250 ml*** | ***Orientalny ryż smażony z warzywami i kurczakiem*** | ***Z: Kapuśniak z dodatkiem fasoli Jaś z zieleniną i śmietaną 400 ml 1\*,7\*,9\*******DW: Zupa ziemniaczana 400 ml Pulpety gotowane z sosem warzywami i zieleniną z makaronem świderki120g******Surówka z kapusty czerwonej 1\**** ***syrop owocowy 250 ml******DW: Spaghetti mięsno-warzywne, gotowane 300 g 1\*,7\*,9\*******BM: Placki ziemniaczane 300g 1\*,3\*,7\**** | ***Ciasto kruche ze śliwkami i bezą*** | ***Pasta jajeczna z majonezem ze szczypiorkiem*** ***Majonez 20g******Chleb 200 g, 1\*******kanapkowa 25 g,*** ***Herbata 250 ml******Papryka 100g*** |

LEGENDA ALERGENÓW:

1. Gluten tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, także produkty pochodne
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty Ochodne
5. Orzeszki ziemne(arachidowe) i produkty pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne, (łącznie z laktozą)
8. Orzechy tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan orzechy brazylijskie, pistacje/ orzechy pistacjowe, orzechy makadamia, a także produkty pochodne
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10mg/kg lub 10mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO 2 dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia
13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne

Przyprawy używane w ww posiłkach:
pieprz, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, tymianek, zioła prowansalskie, papryka słodka, sól niskosodowana, cukier wanilinowy, majeranek, czosnek granulowany, papryka ostra, curry, cząber, pietruszka suszona nać, mieszanka warzywna, przyprawa w płynie, cukier, lubczyk, ocet.