

# JADŁOSPIS II DEKADA

Od 03.01.2024 r. do 12.01.2024r.

DZIEŃ		ŚNIADANIE 7.30 – 8.00 <i>*alergeny</i>	II ŚNIADANIE 10.30 – 11.00 <i>*alergeny</i>	OBIAD 13.30 – 14.00 <i>*alergeny</i>	PODWIECZOREK 16.30–17.00 <i>*alergeny</i>	KOLACJA 19.30 – 20.00 <i>*alergeny</i>
1	03 śr	<p><i>Płatki kukurydziane 400 ml</i>  <i>Serek topiony ze szczypiorkiem 50g</i>  <i>Chleb pszenno-żytni200 ,</i>  <i>1* Kanapkowa 25 g,</i>  <i>DW: chleb pszenny 200g</i>  <i>1*</i>  <i>Salata 40g</i></p>	<p><i>Budyń z owocami z granolą</i></p>	<p><i>Z: Krupnik z zieleńią 400 ml</i>  <i>1*7*9*</i>  <i>Fasolka po bretońsku 220g</i>  <i>1*</i>  <i>DW: Mięso gotowane z warzywami 300 g</i>  <i>Ziemniaki z wody 600g</i>  <i>BM: Fasolka z warzywami i sosem pomidorowym 300 g</i>  <i>Syrop owocowy 250 ml</i></p>	<p><i>Hamburger razowy z pieczoną karkówką, warzywami i sosem</i></p>	<p><i>Mortadela 80g</i>  <i>Chleb 200g</i>  <i>Kanapkowa 25 g,</i>  <i>Herbata 250 ml</i>  <i>DBM: dżem 75g</i>  <i>Papryka czerwona 50g</i></p>
2	04 czw	<p><i>Płatki owsiane 400 ml</i>  <i>Jajecznica ze szczypiorkiem i cebulą z 2 jaj</i>  <i>Chleb pszenno-żytni200 g,</i>  <i>1* kanapkowa 25 g,</i>  <i>Herbata 250 ml</i>  <i>DW+DT: jajko gotowane na miękko 2 szt</i>  <i>DW: chleb pszenny 200g</i>  <i>1*</i>  <i>Jabłko 1 szt (150g)</i></p>	<p><i>Leniwe kopytka z masłem i kruszonym twarogiem</i></p>	<p><i>Z: Jarzynowa z zieleńią400 ml</i>  <i>1*,7*,9</i>  <i>Kotlet schabowy 120g</i>  <i>ziemniaki z wody600 g,</i>  <i>mizeria z ogórków ze śmietaną i koperkiem</i>  <i>syrop owocowy 250 ml</i>  <i>DW: schab gotowany</i>  <i>Sos biały</i>  <i>DBM: kotlety sojowe 4 szt</i></p>	<p><i>Hot-dog z pieczoną kielbasą, warzywami, sosem i prażoną cebulką</i></p>	<p><i>Szprot w pomidorach z cebulką 80g</i>  <i>Majonez 20g</i>  <i>Chleb 200 g,</i>  <i>1*</i>  <i>kanapkowa 25 g,</i>  <i>Herbata 250 ml</i>  <i>DW+BM+DT: serek topiony kielbaska100g7*</i>  <i>Ogórek kiszony 100g</i></p>

3	05 pt	<p>Ryż na mleku 400 ml Kielbasa kanapkowa 80g Chleb pszenno-żytni 200 g, <b>1*</b> Kanapkowa 25 g, herbata 250 ml DW: chleb pszenny 200g <b>1*</b> DBM+DT: pasztet sojowy 56g Salata 40g</p>	Owsianka z owocami	<p>Z: Barszcz czerwony z zieloną 400 ml <b>1*7*9*</b> Wątroba drobiowa duszona z cebulką 200g Ziemniaki z wody 600g Ogórek kiszony 100g Syrop owocowy 250 ml DW: wątroba gotowana z sosem białym 140g <b>1*7*</b> BM: naleśniki z marmoladą</p>	Kanapka z pastą rybną, piklami i salata	<p>Ryż z musem jabłkowym 300g (200g jabłka) Chleb 200 g, <b>1*</b> Kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml</p>
4	06 sob	<p>Kakao 200 ml Jajka w majonezie ze szczypiorkiem 2 szt Chleb pszenno-żytni 200 g, <b>1*</b> Kanapkowa 25 g, DW: chleb pszenny 200g <b>1*</b> Jabłko 150g Herbata 250 ml</p>	Papryka faszerowana mięsem drobiowym, ryżem i warzywami zapiekana z serem, pieczywo	<p>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 cebulką i papryką 200g Syrop 250 ml DW: ryba pieczona w folii z warzywami 125 g</p>	Kisiel z owocami	<p>Pasztet 65g <b>1*,7*</b> Chleb 200 g, <b>1*</b> kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml BM: krem czekoladowy 80g DT: szynka drobiowa 80g Ogórek zielony 100g</p>
5	07 ndz	<p>Ser biały ze szczypiorkiem 100g, Chleb pszenno-żytni 200 g, <b>1*</b> Kanapkowa 25 g, DW: chleb pszenny 200g <b>1*</b> Marchew 1 szt. (150g) Herbata 250 ml</p>	Bulki na parze z sosem truskawkowym	<p>Z: Barszcz Biały z cebulką, kielbasą i zieloną 400 ml <b>1*,7*,9*</b> Kaszanka smażona z cebulką 200 g, ziemniaki z wody z koperkiem 600 g, Ogórek kiszony 1 szt., syrop owocowy 250 ml DW+DBM: pierogi z serem 8 szt <b>6</b></p>	Tortilla z szynką, serem i warzywami	<p>Szynka drobiowa 80g <b>1*,3*,5*,6*,7*,9*,10*,11*</b> Chleb 200 g, <b>1*</b> Kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml DBM: dżem 75g Papryka czerwona 50 g Mleko 200 ml</p>

6	08 pon	<p>Budyń 200 ml Kielbasa biała parzona 100g musztarda 20g, Chleb pszenno-żytni 200 g, <b>1*</b> kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml DBM+DC+DT+DW: serek smakowy 120g <b>7*</b> DW: chleb pszenny 200g <b>1*</b> Kefir 150g</p>	<p>Babka z kaszy gryczanej z twarożkiem i warzywami</p>	<p>Z: Fasolowa z cebulą, kielbasą i zieleniną 400 ml Mielony wieprzowy z cebulą 130 g, ziemniaki z wody z koperkiem 600 g, surówka z kapusty białej z kukurydzą, papryką czerwoną, zieloną i marchewką 150 g, <b>3*,7*</b> syrop owocowy 250 ml DW: Pulpet, sos biały 120 g <b>1*</b> BM: Naleśniki z serem 4 szt. <b>1*,3*,7</b></p>	<p>Koktajl warzywno- owocowy</p>	<p>Kielbasa piwna 80g, <b>6*,10*</b> Chleb 200 g, <b>1*</b> kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml DBM+DT: serek topiony kielbaska 100g <b>7*</b> Ogórek zielony 150g</p>
7	09 wt	<p>Parówka drobiowa 1 szt. - 100g ketchup 20 g, Chleb pszenno-żytni 200 g, <b>1*</b> Kanapkowa 25 g, herbata 250 ml 9DW: chleb pszenny 200g <b>1*</b> Jabłko 150g BM: serek wiejski 150g <b>7*</b> Kaszka manna 400 ml</p>	<p>Chia na mleku kokosowym z brzoskwinia</p>	<p>Z: kapuśniak ze słodkiej kapusty z zielininą 400 ml DW + BM: zupa kaszkowa 400ml Gulasz wieprzowy duszony z warzywami (mix papryki, cebula, marchew, seler, pietruszka) 120 ml Kasza jęczmienna 120g Ogórek kiszony 150g Syrop owocowy 250 ml DBM: gulasz sojowy 150g</p>	<p>Pizza domowa na grubym cieście</p>	<p>Kielbasa kanapkowa 80g, <b>6*</b> Chleb 200 g, <b>1*</b> Kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml DBM: krem czekoladowy 80g <b>5*</b> Marchew 100g</p>

8	10 śr	<p><i>Płatki kukurydziane 400 ml</i>  <i>ser żółty salami 30g,</i>  <b>7*</b>  <i>dżem 50 g,</i>  <i>Chleb pszenno-żytni 200 g,</i>  <b>1*</b> <i>Kanapkowa 25 g,</i>  <i>DW: chleb pszenny 200g</i>  <b>1*</b></p>	<p><i>Galaretka z truskawkami i bitą śmietaną</i></p>	<p><i>Z: Zupa z fasolki zielonej z zieloną ze śmietaną 400 ml</i>  <b>1*,7*,9*</b>  <i>Bigos 370 g, ziemn. z wody 600g, syrop owocowy 250 ml.</i>  <i>DW: Sztuka mięsa got 120 g, sos holenderski z warzywami</i>  <i>surówka wielowarzynna 150g</i>  <b>9*</b>  <i>DBM: Bigos z warzywami 370g</i>  <b>9*</b></p>	<p><i>Salatka ryżowa z jajkiem, piklami i tuńczykiem</i></p>	<p><i>Kaszanka z cebulką 200g</i>  <b>1*,7*</b>  <i>Chleb 200 g,</i>  <b>1*</b>  <i>kanapkowa 25 g,</i>  <i>Herbata 250 ml</i>  <i>DW+DC+DT: parówka 1 szt – 100g</i>  <i>BM: Dżem 75g</i>  <i>Ogórek kiszony 100g</i></p>
9	12 pt	<p><i>Krem czekoladowy 80g</i>  <i>Kasza manna 200 ml</i>  <i>Chleb pszenno-żytni 200 g,</i>  <b>1*</b> <i>Kanapkowa 25 g,</i>  <i>herbata 250 ml</i>  <i>DC+DW+DT: ser biały chudy 100g</i> <b>7*</b>  <i>DW: chleb pszenny 200g</i>  <b>1*</b>  <i>Jabłko 1 szt. 150g</i></p>	<p><i>Ciasto marchewkowe</i></p>	<p><i>Z: Jarzynowa z zieloną 400 ml</i>  <i>Spaghetti mięsne z makaronem duszone z warzywami 300g,</i>  <b>1*,3*,7*</b>  <i>syrop owocowy 250 ml,</i>  <i>DW: Spaghetti mięsno-warzynne gotowane 300g</i>  <b>1*,3*,7*,9*</b>  <i>DBM: Sos pomidorowy z cebulką 300g</i>  <b>1*</b></p>	<p><i>Pajda chleba wiejskiego z pastą z fasoli i ogórkiem kiszonym</i></p>	<p><i>Mortadela 80g</i>  <b>6*,10*</b>  <i>Chleb 200 g,</i>  <b>1*</b>  <i>kanapkowa 25 g,</i>  <i>Herbata 250 ml</i>  <i>DBM: jako gotowane 2 szt</i>  <b>3*</b>  <i>Salata 40g</i>  <i>Pomidor 50g</i></p>

10	13 śr	<p><i>Płatki owsiane 400 ml</i>  <i>Marmolada 80 g,</i>  <i>Chleb pszenno-żytni 200 g,</i>  <b><i>1*</i></b>  <i>Kanapkowa 25 g,</i>  <i>DW: chleb pszenny 200g</i>  <b><i>1*</i></b>  <i>DC: kielbasa szynkowa 80g</i>  <b><i>6*,1</i></b> jogurt 150g  <i>herbata 250 ml</i></p>	<p><i>Orientalny ryż</i>  <i>smażony z</i>  <i>warzywami i</i>  <i>kurczakiem</i></p>	<p><i>Z: Kapuśniak z dodatkiem fasoli Jaś z</i>  <i>zeleniną i śmietaną 400</i>  <i>ml</i>  <b><i>1*,7*,9*</i></b>  <i>BM + DW: Zupa ziemniaczana 400 ml</i>  <i>Pulpety gotowane z sosem warzywami i</i>  <i>zeleniną z makaronem świderki 120g</i>  <i>Surówka z kapusty czerwonej</i>  <b><i>1*</i></b>  <i>syrop owocowy 250 ml</i>  <i>DW: Spaghetti mięsno-warzywne,</i>  <i>gotowane 300 g</i> <b><i>1*,7*,9*</i></b>  <i>BM: Placki ziemniaczane 300g</i>  <b><i>1*,3*,7*</i></b></p>	<p><i>Ciasto kruche ze</i>  <i>śliwkami i bezą</i></p>	<p><i>Pasta jajeczna z majonezem ze</i>  <i>szcypiorkiem</i>  <i>Majonez 20g</i>  <i>Chleb 200 g,</i>  <b><i>1*</i></b>  <i>kanapkowa 25 g,</i>  <i>Herbata 250 ml</i>  <i>Papryka 100g</i></p>
----	----------	--	---	---	--	---

**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 pochodne
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 ziółowy, ziele angielskie, liść lauowy, 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.