

JADŁOSPIS I DEKADA

Od 21.07.2024r. Do 30.07.2024r.

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	21 ndz	<i>Parówka drobiowa 100g 1 szt</i> <i>ketchup 20g</i> <i>chleb pszenno-żytni 150g</i> <i>1*</i> <i>Chleb żytni 100 g</i> <i>kanapkowa 25g</i> <i>DBM: serek wiejski 150g</i> <i>7*</i> <i>DW: chleb pszenny 200g</i> <i>1*</i> <i>Salata 40g</i> <i>Herbata 250 ml</i>	<i>Ryż z jablkami 300g</i>	<i>Z: Fasolowa z kielbasą i cebulą 400 ml</i> <i>Ziemniaki z serem białym ze śmietaną na</i> <i>słono 345g</i> <i>Syrop owocowy 250 ml</i> <i>DW+BM: Zupa ziemniaczana z koperkiem</i> <i>400 ml</i>	<i>Tortilla z</i> <i>kurczakiem i</i> <i>warzywami 200g</i>	<i>Szynka Tyrol.80g</i> <i>1*,3*,5*,6*,7*,9*,10*,</i> <i>Chleb pszenno-żytni 150 g,</i> <i>1*</i> <i>Chleb żytni 100g</i> <i>Kanapkowa 25 g,</i> <i>Herbata 250 ml</i> <i>DBM: dżem 80g</i> <i>Papryka 100g</i> <i>Mleko 250 ml</i>

2	22 pon	<p><i>Płatki owsiane 400 ml</i> <i>Kielbasa zwyczajna 100g</i> <i>musztarda 20g,</i> <i>Chleb pszenno-żytni 150 g,</i> I* <i>Chleb żytni 100 g,</i> <i>kanapkowa 25 g,</i> <i>Herbata 250 ml</i> <i>DBM +DT: dżem 80g</i> <i>DW: chleb pszenny 200g</i> <i>Ogórek zielony 100g</i></p>	<p><i>Mleczny koktajl</i> <i>truskawkowy 250 ml</i></p>	<p><i>Z: pieczarkowa z zielenią 400 ml</i> <i>Leczo z warzywami (cebula, papryka</i> <i>czerwona, żółta, zielona z zielenią) 120g</i> <i>Ryż 100g</i> <i>DW+BM: Zupa jarzynowa 400 ml</i> <i>DW: leczy z warzywami 120g</i> <i>BM: Kluski śląskie 150g</i> I* <i>Ogórek kiszony 100 g,</i> <i>Syrop owocowy 250 ml</i></p>	<p><i>Salatka</i> <i>makaronowa z</i> <i>piklami i wędzonym</i> <i>kurczakiem</i></p> <p><i>Bulka 300 g</i></p>	<p><i>Kielbasa piwna 80g</i> 7* <i>Chleb pszenno-żytni 150g</i> I* <i>Chleb żytni 100 g</i> <i>Kanapkowa 25g</i> <i>Herbata 250 ml</i> <i>BM: pasztet sojowy 56g</i></p>
3	23 wt	<p><i>Jajecznica z 2 jaj (100g) ze</i> <i>szcypiorkiem i cebulą</i> <i>DW: jajko gotowane (100g) 2</i> <i>szt 3*</i> <i>Chleb żytni 100 g,</i> <i>Chleb pszenno-żytni 150 g,</i> I* <i>Kanapkowa 25 g,</i> <i>herbata 250 ml</i> <i>W: chleb pszenny 200g</i> I* <i>Ryż na mleku 400 ml</i> <i>Jabłko 150g</i></p>	<p><i>Ciasto bananowe</i> <i>100 g</i></p>	<p><i>Z: Barszcz czerwony 400 ml I*,7*,9*</i> <i>Bigos z ziemniakami</i> <i>BM +DW: Barszcz czerwony 400 ml</i> <i>Łazanki (kapusta kiszona, cebula,</i> <i>kielbasa zwyczajna, makaron) 270 g</i> <i>DW + DBM: Makaron z serem białym i</i> <i>śmietaną 270g I*7*3*</i> <i>syrop owocowy 250 ml,</i></p>	<p><i>Kanapka z</i> <i>wiejskiego chleba z</i> <i>jajkiem, tuńczykiem</i> <i>i warzywami 200 g</i></p>	<p><i>Pasztet drobiowy 65g</i> <i>Chleb pszenno-żytni 150 g,</i> I* <i>Chleb żytni 100 g,</i> <i>Kanapkowa 25 g,</i> <i>Herbata 250 ml</i> <i>DBM: serek smakowy 120g</i> <i>Ogórek kiszony 100g</i></p>
4	24 śr	<p><i>Płatki kukurydziane 400 ml</i> <i>ser żółty salami 30g,</i> 7* <i>dżem 50 g,</i></p>	<p><i>Zapiekanka XXL z</i> <i>wędliną, serem i</i> <i>warzywami 180 g</i></p>	<p><i>Z: Ryżowa 400 ml</i> I*9* <i>:Pierś z kurczaka w sosie jogurtowo</i> <i>musztardowym z koperkiem 180 g</i> I*3*</p>	<p><i>Koktajl</i> <i>witaminowy, zielony</i> <i>250 ml</i></p>	<p><i>Śledź pomidorach z cebulką i</i> <i>Majonezem 100g</i> <i>Chleb pszenno-żytni 150 g,</i> I* <i>Chleb żytni 100 g,</i></p>

		<p>Chleb pszenno-żytni 150 g, I* Chleb żytni 100 g, Kanapkowa 25 g, DW: chleb pszenno 200g I* Jogurt 150g Herbata 250 ml</p>		<p>Ziemniaki z wody 400 g Surówka z kapusty pekińskiej z warzywami (marchew, kukurydza, grozdek, zielenina) 150g Syrop owocowy 250 ml DBM: kotlety sojowe 5 szt. (100g)</p>		<p>kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml BM+DW+DC+DT: paprykarz warzywny 56g Ogórek zielony 100g</p>
5	25 CZW	<p>Kasza manna 400 ml Krem czekolad. 80g 5* Chleb pszenno-żytni 150 g, I* Chleb żytni 100 g, Kanapkowa 25 g, herbata 250 ml DC+DW+DT: kielbasa szynkowa 80g DW: chleb pszenno 200g I* Jabłko 150g</p>	<p>Tortilla ziemniaczana z warzywami 300 g</p>	<p>Z: Jarzynowa zielenina 400 ml I*7*9* Kotlet mielony z papryką i cebulą 130g Ziemniaki 400g z wody z koperkiem Ogórek kiszony 150 g DW: Pulpety w sosie pomidorowym 130g BM: gulasz warzywny 130g Napój owocowy 250 ml</p>	<p>Chalotka drożdżowa z serkiem waniliowym 110 g</p>	<p>Parówka 100g Ketchup 20g Chleb pszenno-żytni 150 g, I* Chleb żytni 100 g, kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml DBM: serek kielbaska 100g 7* Sałata 40g</p>
6	26 pt	<p>Makaron świderki 400 ml Konserw mięsna 100g Chleb pszenno-żytni 150 g, I* Chleb żytni 100 g, Kanapkowa 25 g, DW: chleb pszenno 200g I* DBM+DW+DT: serek smakowy 120g 7*</p>	<p>Placki „rosti” Jogurt z ogórkiem, rzodkiewką i szczypiorkiem 370 g</p>	<p>Z: Pomidorowa z ryżem 400ml I*,7*,9* Pieczeń rzymska duszona w sosie pieczeniowym z zieleniną 120g Ziemniaki z wody 400g, fasolka szparagowa z bułką tartą 150g DW: pulpety w sosie pieczeniowym 120g DBM: uszka z kapustą i grzybami 150g Syrop owocowy 250 ml</p>	<p>Ciasto jogurtowo - truskawkowe 100 g</p>	<p>Kielbasa zwyczajna 100g, Musztarda 20g Chleb pszenno-żytni 150 g, I* Chleb żytni 100 g, kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml DBM+DT: dżem 80g</p>

		<p><i>Pomidor 100g lub papryka 100g</i> <i>Herbata 250 ml</i></p>				
7	27 sob	<p><i>Kakao 250 ml</i> <i>Marmolada 80g</i> <i>Chleb pszenno-żytni 150 g,</i> <i>I*</i> <i>Chleb żytni 100 g,</i> <i>Kanapkowa 25 g,</i> <i>DW: chleb pszenny 200g</i> <i>I*</i> <i>DC: pasztet drobiowy 65g</i> <i>Jabłko 150g</i> <i>Herbata 250 ml</i></p>	<p><i>Kasza manna z owocami 300 g</i></p>	<p><i>Z: Fasolowa z kielbasą i cebulą, zieleniną i warzywami 400 ml</i> <i>Mintaj duszonej z warzywami (seler, marchew, pietruszka) ziemniaki z wody 400g,</i> <i>Surówka z kapusty kiszonej z papryką i porem 150 g</i> <i>syrop owocowy 250 ml</i> <i>DW+BM: zupa ziemniaczana z koperkiem 400 ml</i> <i>Surówka z kapusty kiszonej z papryką i porem 150 g</i></p>	<p><i>Bulka razowa z szarpaną wieprzowiną i warzywami 230 g</i></p>	<p><i>Salatka owocowa (ryż banan, jabłko, owoce tropikalne z syropem i jogurtem) 280g</i> <i>Chleb pszenno-żytni 150g,</i> <i>I*</i> <i>Chleb żytni 100 g,</i> <i>Kanapkowa 25 g,</i> <i>Herbata 250 ml</i></p>

8	28 ndz	<p><i>Twarożek na słodko ze śmietaną 100g</i> <i>Chleb pszenno-żytni 150 g,</i> I* <i>Chleb żytni 100 g,</i> <i>Kanapkowa 25 g,</i> <i>Herbata 250 ml</i> <i>DW: chleb pszenny 200g</i> I* <i>Jogurt 150g</i></p>	<p><i>Makaron w sosie serowym</i> 350 g</p>	<p><i>Z: Żurek kielbasą, jajkami i śmietaną 400 ml</i> <i>Mortadela panierowana 120g</i> 3*I* <i>Ziemniaki z wody z koperkiem 400g</i> <i>Surówka z kapusty kiszonej(z kukurydzą i zielenią) 150g</i> <i>Syrop owocowy 250 ml</i> <i>DW+DBM: kluski śląskie 150g</i> <i>Ogórek kiszony 150 g</i></p>	<p><i>Deser jogurtowy z bananami, toffi i granolą</i> 250 g</p>	<p><i>Ser salami 60g</i> 7* <i>Chleb pszenno-żytni 150 g,</i> I* <i>Chleb żytni 100 g,</i> <i>kanapkowa 25 g,</i> <i>Herbata 250 m</i> <i>DT: szynka tyrolska 80g</i> <i>Marchew 100 g</i> <i>Mleko 250 ml</i></p>
9	29 pon	<p><i>Kasza manna 400 ml</i> <i>Kielbasa zwyczajna gotowana 100g</i> <i>Musztarda 20g</i> <i>Chleb pszenno-żytni 150 g,</i> I* <i>Chleb żytni 100 g,</i> <i>Kanapkowa 25 g,</i> <i>herbata 250 ml</i> <i>BM+DT: serek wiejski 150g</i> <i>DW: chleb pszenny 200g</i> I* <i>Ogórek kiszony 100g</i></p>	<p><i>Szakszuka z jajkiem</i> <i>Pieczywo</i> 350 g</p>	<p><i>Z: Zupa kalafiorowa z zielenią i warzywami 400 ml</i> <i>Spaghetti mięsne duszone z warzywami 300g</i> <i>DW: spaghetti mięsno warzywne gotowane 300g</i> <i>DBM: spaghetti warzywne 300 g</i> <i>Syrop owocowy 250 ml</i> <i>Ziemniaki 400 g</i></p>	<p><i>Drożdżówka z serem i śliwką</i> 120 g</p>	<p><i>Szynka tyrolska 80g</i> <i>Chleb pszenno-żytni 150 g,</i> I* <i>Chleb żytni 100 g,</i> <i>kanapkowa 25 g,</i> <i>DBM: serek kielbaska 100g</i> 7* <i>Salata 40g</i> <i>Herbata 250 ml</i></p>
10	30 wt	<p><i>Płatki owsiane 400 ml</i> <i>Parówka drobiowa gotowana 100g</i> <i>Ketchup 20g</i> <i>Chleb pszenno-żytni 150 g,</i> I* <i>Chleb żytni 100 g,</i> <i>Kanapkowa 25 g,</i> <i>Herbata 250 ml</i></p>	<p><i>Burrito z warzywami i mięsem</i> <i>Krążki cebulowe</i> 330 g</p>	<p><i>Z: ogórkowa z zielenią i ziemniakami 400ml</i> <i>Potrąka z kurczaka z warzywami(mix warzyw, kukurydza, cebula) 250g</i> <i>Ryż 100g</i> <i>Syrop owocowy 250 ml</i> <i>BM: ryż z musem jabłkowym 300g</i></p>	<p><i>Jabłecznik</i> 100 g</p>	<p><i>Kielbasa szynkowa 80g,</i> <i>Chleb pszenno-żytni 150 g,</i> I* <i>Chleb żytni 100 g,</i> <i>kanapkowa 25 g,</i> <i>Herbata 250 ml</i></p>

		DW: chleb pszenny 200g I* DBM: serek smakowy 120g Jabłko 150g				DBM+DT: serek homogenizowany 125g ogórek 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 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 SO₂ 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 laurowy, majeranek, oregano, bazylija, 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.