

JADŁOSPIS III DEKADA

Od 11.07.2024r. Do 20.07.2024r.

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	11 CZW	<p><i>Płatki owsiane 400 ml</i> <i>Ser biały ze szczypiorkiem 100 g,</i> <i>Chleb pszenno-żytni 150 g,</i> <i>Chleb żytni 100 g,</i> <i>I*</i> <i>Kanapkowa 25 g,</i> <i>DW chleb pszenny 200g</i> <i>I*</i> <i>Jabłko 1 szt.</i> <i>Herbata 250 ml</i></p>	<p><i>Kopytka gnocchi z pesto, szpinakiem i gorgonzolą 300 g</i></p>	<p><i>Z: Pomidorowa z ryżem i zieleniną 400 m</i> <i>7*,9*</i> <i>Mintaj smażony 200g,</i> <i>I*,3*</i> <i>ziemniaki z wody z koperkiem 400g,</i> <i>surówka z kiszonej kapusty z zieleniną i marchewką 150g,</i> <i>syrop owocowy 250 ml</i> <i>DW+DBM :Ryba duszona z warzywami 300g</i> <i>9*</i> <i>ziemniaki z wody 400 g</i></p>	<p><i>Kanapka z chleba tostowego z jajkiem sadzonym i bekonem 180 g</i></p>	<p><i>Salatka warzywna z majonezem, kukurydzą i groszkiem 375g,</i> <i>3*,9*</i> <i>Chleb pszenno-żytni 200g,</i> <i>Chleb żytni 100 g</i> <i>I*</i> <i>Kanapkowa 25 g,</i> <i>Herbata 250 ml</i></p>

2	12 pt	<p>Budyń 400 ml Parówka 1 szt, 100 G ketchup 20 g, Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g 1* kanapkowa 25 g, DBM: serek wiejski 150g 7* Herbata 250 ml DW: chleb pszenny 200g 1* Salata 40g</p>	<p>Jogurt z granolą, ananasem, mango i kiwi 200 g</p>	<p>Z: Zupa z soczewicy z dodatkiem warzyw, kielbasą i zieleciną 400 ml 1*,7*,9* Jaja z sosem musztardowym 2 szt 180 g, 1*,3*,7*,10* ziemniaki z koperkiem 400 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150g, 9* syrop 250 ml DW + BM; zupa ziemniaczana z koperkiem 400 ml</p>	<p>Salatka z pieczonym kurczakiem, warzywami i fetą Bagietka czosnkowa 210 g</p>	<p>Szynka drobna 80 g, 1*,3*,5*,6*,7*,9*,10*,11* Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g, 1* Kanapkowa 25g, Herbata 250 ml BM. serek smakowy-120g 7* Pomidor 100g</p>
3	13 sob	<p>Kakao 250 ml Kielbasa zwyczajna 1 szt-100g kanapkowa 25 g, musztarda 20 g Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g, 1* herbata 250 ml BM+DT: ser topiony 100 g DW: chleb pszenny 200g 1* Ogórek 100g</p>	<p>Salatka brokułowa z pomidorem, sos jogurtowy ze szczypiorkiem i czosnkiem 300 g</p>	<p>Z: Krupnik z kielbasą 400 ml 1*,7*,9* DBM: Krupnik 400 ml 1*,7*,9* Paleczki drobiowe duszone 2 szt 200 g, Surówka: marchew z groszkiem zielonym ze śmietaną 150g, 1*,7* ziemniaki 400 g syrop 250 ml, DW: Paleczki drobiowe gotowane 2 szt 200 g, ziemniaki 400 g, marchewka z groszkiem i śmietaną 150 g, DBM: Gulasz warzywny 200 g, ziemniaki 400 g, marchew z groszkiem i śmietaną 150 g, 1*,9*</p>	<p>Bulka z szynką, serem i warzywami 200 g</p>	<p>Boczek faszerowany 100g kanapkowa 25 g, Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g, 1* Herbata 250 ml DBM+DW+DT: ser topiony 100g 7* Salata 40g</p>

4	14 ndz	<p>Krem czekoladowy 80g kanapkowa 25 g, Chleb pszenno-żytni 150 g 1*</p> <p>Chleb żytni 100 g Herbata 250 ml DW+DT: ser biały 80g 7*</p> <p>DW: chleb pszenny 200 g Jabłko 1 szt</p>	<p>Dal z soczewicy Chlebek naan 350 g</p>	<p>Z: Flaki 400 ml 1*,3*,7*,9*</p> <p>BM, DW: zupa jarzynowa 400 ml, Kurczak duszony z warzywami (cebula, marchew, seler, por, papryka mix, zielenina) 200 g, 1*,7*,9*</p> <p>ryż 120 g Syrop owocowy 250 ml BM: Gulasz sojowy 200 g, ryż 120 g 1*,6*</p>	<p>Niemiecka kanapka z mortadela, serem, ogórkiem kiszonym i musztardą 200 g</p>	<p>Salatka jajeczna ze szczypiorkiem majonezem 2 szt. 120 g, 3*,7*</p> <p>kanapkowa 25 g, Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g, 1*</p> <p>Herbata 250 ml Pomidor 100g Mleko 250 ml</p>
5	15 pon	<p>Makaron na mleku 400 ml Ser biały ze szczypiorkiem 100g 7*</p> <p>Chleb pszenno-żytni 150g, Chleb żytni 100 g, 1*</p> <p>Kanapkowa 25 g, herbata 250 ml DW: chleb pszenny 200g 1*</p>	<p>Naleśnik zapiekany po meksykańsku 370 g</p>	<p>Z: Grochówka z kielbasą i szczypiorem 400 ml 1*,7*,9*</p> <p>DW: zupa wiejska 400 ml 1*,3*,7*,9*</p> <p>Kielbasa duszona z cebula 120 g, ziemniaki duszone z wody 400 g, surówka z marchewki, selera i jabłka 150g, 7*,9*</p> <p>syrop owocowy 250 ml DW: Kielbasa gotowana 100 g, ziemniaki 400 g, surówka z marchewki, selera i jabłka 150g, DBM: Kotlet sojowy 5 szt., 100g, ziemniaki 400 g, surówka z marchewki, selera i jabłka 150g, 1*,3*,6*</p>	<p>Budyń czekoladowy 250 g</p>	<p>dżem 50 g, ser żółty 30g 7*</p> <p>Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g, 1*</p> <p>Kanapkowa 25 g, herbata 250 ml kefir 150g</p>
6	16 wt	<p>Platki kukurydziane 400 ml Paszтет drobiowy 65g 1*,6*,9*,10*</p> <p>Chleb pszenno-żytni 150 g Chleb żytni 100 g, 1*</p> <p>Kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml</p>	<p>Galaretka drobiowo - warzywna 250 g</p>	<p>Z: Ogórkowa z zieleniną i śmietaną 400 ml 1*,3*,7*,9*</p> <p>Kotlety mielone 130g, ziemniaki z wody z koperkiem 400 g, syrop wieloowocowy 250 ml, Surówka z białej kapusty z marchewką i zieleniną 150g,</p>	<p>Pudding czekoladowy 200 g</p>	<p>Kielbasa kanapkowa 80g, 6*</p> <p>Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g, 1*</p> <p>Kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml</p>

		DW: chleb pszenny 200g 1* DBM+DT: serek kielbaska 100g 7* Ogórek kiszony 100g	Tymbark – witaminka	DW: Pulpet gotowany w sosie pomidorowym z warzywami 180 g, ziemniaki 400 g, 1*,3* DBM: Gołąbek z kaszą i warzywami w sosie pomidorowym 180 g, ziemniaki 400 g, 1*,3*	Woda 500 ml	DBM: pasztet sojowy 80g 6* Liść salaty 40g
7	17 śr	Kasza manna 400 ml DW: jajecznicza ze szczypiorkiem z 2 jaj 100 g, 3* DW: jajko gotowane 2szt 3* Chleb pszenno-żytni 150 g Chleb żytni 100 g, 1* Kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml DW: chleb pszenny 150g 1*	Salatka tabule 250 g Woda 500 ml	Z: Zupa owocowa z makaronem 400 ml Pulpety gotowane z sosem pieczeniowym i warzywami 120 g 1*,3*,7* ziemniaki z wody 400 g, Surówka z buraczków z cebulką 150g zagęszczony syrop owocowy 250 ml BM: Kluski śląskie 150 g, buraczki z cebulą 150 g, BM, DW: zupa wiejska z zieleńią 400 ml	Pita z pastą mięsną, salatą i piklami 300 g Cytryna	Paprykarz szczeciński 85g, 9* Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g, 1* Kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml DC+W+T: jajko gotowane na miętko 2 szt. 3* Salata 40g
8	18 CZW	Marmolada 80 g, Chleb pszenno-żytni 150 g, 1* Chleb żytni 100 g Kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml DW: chleb pszenny 200g 1*	Tortellini z pieczarkami, szpinakiem i szynką 300 g Sok z czarnej porzeczki	Z: barszcz biały 400 ml 1*,7*,9* Śledź w śmietanie z cebulą dodatkiem jogurtu 200 g, 7* ziemniaki. z wody 400 g, syrop owocowy 250 ml	Ciasto czekoladowe 100 g Woda 500 ml	Baleron 80g, Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g, 1* Kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml DW+DBM+ DT: dżem 80g Marchew 100g

		<p><i>Jabłko 1 szt. 150g</i> <i>DC: pasztet drobiowy 65g</i> <i>Płatki owsiane 400 ml</i></p>		<p><i>DW+BM+DT: serek wiejski 150g,</i> <i>ziemniaki z wody 400 ml</i> 7*</p>		
9	19 pt	<p><i>Kasza manna 400 ml</i> <i>Kielbasa piwna 80g</i> <i>Chleb pszenno-żytni 150 g,</i> 1* <i>Chleb żytni 100 g</i> <i>kanapkowa 25 g,</i> <i>BM+DT: jajko gotowane na</i> <i>miętko 2 szt 100 g</i> <i>DW: chleb pszenny 200g</i> 1* <i>Herbata 250 ml</i></p>	<p><i>Tagiatelle z sosem</i> <i>truskawkowym</i> <i>350 g</i> <i>Woda 500 ml</i></p>	<p><i>Z: Fasolowa z kielbasą i cebulą 400 ml</i> 1*,7*,9 <i>DW + BM; zupa ziemniaczana z</i> <i>zieleniną i warzywami 400 ml</i> <i>Makaron z pieczarkami, parówką i</i> <i>warzywami (marchew, seler, pietruszka,</i> <i>natka, cebula) 345g</i> <i>DW: makaron z sosem i parówką 345g</i> <i>BM: makaron z sosem i pieczarkami</i> <i>345g</i> <i>syrop owocowy 250 ml</i></p>	<p><i>Ryba po grecku z</i> <i>warzywami</i> <i>Pieczywo</i> <i>170 g</i> <i>Kabanosy Tarczyński</i></p>	<p><i>Serek topiony 50g</i> <i>Chleb pszenno-żytni 150 g,</i> <i>Chleb żytni 100 g,</i> 1* <i>kanapkowa 25 g,</i> <i>Herbata 250 ml</i> <i>Ogórek kiszony 100g</i></p>
10	20 sob	<p><i>Kielbasa biała gotowana 1</i> <i>szt.- 100g</i> <i>Musztarda 20 g,</i> <i>Chleb pszenno-żytni 150 g</i> <i>Chleb żytni 100 g,</i> 1* <i>Kanapkowa 25 g,</i> <i>herbata 250 ml</i> <i>DW: :chleb pszenny 200g</i> 1* <i>BM+DW+DC: ser biały 100g</i> 7* <i>Jabłko 150g</i> <i>Kakao 250 ml</i></p>	<p><i>Makaron zapiekany</i> <i>z kurczakiem,</i> <i>szpinakiem i cukinią</i> <i>350 g</i> <i>Pomarańcza</i></p>	<p><i>Z: Jarzynowa z zieleniną 400 ml</i> <i>Gulasz wieprzowy duszony z</i> <i>warzywami(mix papryki, cebula,</i> <i>marchew, seler, pietruszka) 120 ml</i> <i>Kasza jęczmienna 120g</i> <i>Ogórek kiszony 150g</i> <i>Syrop owocowy 250 ml</i> <i>DBM: gulasz sojowy z warzywami 120 g,</i> <i>kasza jęczmienna 120 g, ogórek kiszony</i> <i>150 g</i></p>	<p><i>Koktajl kakaowo –</i> <i>bananowy</i> <i>250 ml</i> <i>Woda 500 ml</i></p>	<p><i>Ser salami 60 g,</i> 6* <i>Chleb pszenno-żytni 150 g,</i> <i>Chleb żytni 100 g,</i> 1* <i>Kanapkowa 25 g,</i> <i>Herbata 250 ml</i> <i>Marchew 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 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 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.