**JADŁOSPIS III DEKADA**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | |  | | | **Od 05.08.2025r. Do 14.08.2025r.** | | |
| **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*** | ***05***  ***wt*** | ***Płatki kukurydziane 400 ml***  ***Ser biały ze szczypiorkiem 100 g,***  ***Chleb pszenno-żytni 150 g,***  ***Chleb żytni 100 g, 1\****  ***Kanapkowa 25 g,***  ***DW chleb pszenny 200g 1\****  ***Jabłko 1 szt.***  ***Herbata250 ml*** | | ***Kopytka gnocchi z pesto, szpinakiem i gorgonzolą***  ***300 g*** | ***Z: Kapuśniak z dodatkiem fasoli Jaś z zieleniną i śmietaną 400 ml 1\*,7\*,9\****  ***BM + DW: Zupa ziemniaczana 400 ml z warzywami i zieleniną Pulpety gotowane z sosem warzywami i zieleniną 120g***  ***Surówka z kapusty czerwonej 150 g,***  ***Makaron świderki 120 g***  ***syrop owocowy 250 ml***  ***BM: Placki ziemniaczane 300g 1\*,3\*,7\****  ***Surówka z kapusty czerwonej 150 g,*** | | ***Kanapka z chleba tostowego z jajkiem sadzonym i bekonem***  ***180 g*** | ***Sałatka warzywna z majonezem, kukurydzą i groszkiem 375g, 3\*,9\****  ***Chleb pszenno-żytni 200g,***  ***Chleb żytni 100 g 1\****  ***Kanapkowa 25 g,***  ***Herbata 250 ml*** |
| ***2*** | ***06***  ***śr*** | ***Kasza manna 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\****  ***Sałata 40g*** | | ***Jogurt z granolą, ananasem, mango i kiwi*** | ***Z: Zupa z soczewicy z dodatkiem warzyw, kiełbasą i zieleniną 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*** | | ***Sałatka z pieczonym kurczakiem, warzywami i fetą Bagietka czosnkowa*** | ***Szynka drob80 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*** |
| ***3*** | ***07***  ***czw*** | ***Makaron na mleku 400 ml***  ***Kiełbasa zwyczajna1 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*** | | ***Jogurtowy ze szczypiorkiem i czosnkiem*** | ***Z: Jarzynowa z zieleniną 400 ml***  ***Spaghetti mięsne z makaronem duszone z warzywami 300g, 1\*,3\*,7\****  ***syrop owocowy 250 ml,***  ***DW: Spaghetti mięsno-warzywne gotowane z makaronem 300g 1\*,3\*,7\*9\****  ***DBM: Sos pomidorowy z cebulką, warzywami i makaronem 300g 1\**** | | ***Bułka z szynką, serem i warzywami*** | ***Boczek faszerowany 100g***  ***kanapkowa25 g,***  ***Chleb pszenno-żytni 150 g,***  ***Chleb żytni 100 g, 1\****  ***Herbata 250 ml***  ***DC+DBM+DW+DT: ser topiony100g 7\****  ***Sałata 40g*** |
| ***4*** | ***08***  ***pt*** | ***Budyń 400 ml***  ***Krem czekoladowy 80g***  ***kanapkowa25 g,***  ***Chleb pszenno-żytni 150 g 1\****  ***Chleb żytni 100 g***  ***Herbata 250 ml***  ***DW+DT: ser biały 100g 7\****  ***DC+DW: chleb pszenny 200 g***  ***Jabłko 1 szt*** | | ***Dal z soczewicy, chlebek naan 350 g*** | ***Z: Flaki 400 ml***  ***BM+DW+DC: Zupa jarzynowa 400 ml***  ***Kurczak duszony z warzywami (cebula, marchew, seler, por, papryka mix, zielenina) 200g***  ***Ryż 120g***  ***Syrop owocowy 250 ml***  ***BM: gulasz sojowy 200g + ryż 120g*** | | ***Niemiecka kanapka z mortadelą, serem, ogórkiem kiszonym i musztardą 200g*** | ***Sałatka jajeczna ze szczypiorkiem majonezem 2 szt. 120 g, 3\*,7\****  ***kanapkowa 25 g,***  ***Chleb pszenno-żytni 150 g,***  ***Chleb żytni 100 g, 1\****  ***Herbata 250 ml***  ***Pomidor 100g*** |
| ***5*** | ***09***  ***sob*** | ***Kakao 250 ml***  ***Ser biały ze szczypiorkiem 100g 7\****  ***Chleb pszenno-żytni 150g,***  ***Chleb żytni 100 g, 1\****  ***Kanapkowa 25 g,***  ***herbata 250 ml***  ***DW: chleb pszenny 200g 1\**** | |  | ***Catering*** | |  | ***dżem 50 g,***  ***ser żółty 30g 7\****  ***Chleb pszenno-żytni 150 g,***  ***Chleb żytni 100 g, 1\****  ***Kanapkowa 25 g,***  ***herbata 250 ml***  ***kefir 150g*** |
| ***6*** | ***10***  ***ndz*** | ***Pasztet drobiowy 65g 1\*,6\*9\*10\****  ***Chleb pszenno-żytni 150 g***  ***Cheb żytni 100 g, 1\****  ***Kanapkowa 25 g,***  ***Herbata 250 ml***  ***DW: chleb pszenny 200g 1\****  ***DBM+DT: serek kiełbaska 100g 7\****  ***Ogórek kiszony 100g*** | |  | ***Catering*** | |  | ***Kiełbasa kanapkowa 80g, 6\****  ***Chleb pszenno-żytni 150 g,***  ***Chleb żytni 100 g, 1\****  ***Kanapkowa 25 g,***  ***Herbata 250 ml***  ***DBM: pasztet sojowy 80g 6\****  ***Liść sałaty 40g***  ***Mleko 250 ml*** |
| ***7*** | ***11***  ***pon*** | ***Płatki owsiane 400 ml***  ***Jajecznica ze szczypiorkiem z 2 jaj 100 g, 3\****  ***DC+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\**** | | ***Sałatka tabule***  ***250 g*** | ***Z: Owocowa z makaronem***  ***Pulpety gotowane z sosem pieczeniowym i warzywami 120g***  ***Ziemniaki z wody 400g***  ***Surówka z buraków z cebulą 150g***  ***Syrop owocowy 250 ml***  ***BM: kluski śląskie 150g, buraczki z cebulą 150g***  ***BM+DW+DC: Zupa wiejska z zieleniną 400 ml*** | | ***Pita z pastą mięsną, sałatą i piklami***  ***300 g*** | ***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 miękko 2 szt. 3\****  ***Sałata 40g*** |
| ***8*** | ***12***  ***wt*** | ***Ryż na mleku 400 ml***  ***Marmolada 80 g,***  ***Chleb pszenno-żytni 150 g, 1\****  ***Chleb żytni 100 g***  ***Kanapkowa 25 g,***  ***Herbata 250 ml***  ***DW: chleb pszenny 200g 1\****  ***Jabłko 1 szt. 150g***  ***DC: pasztet drobiowy 65g*** | | ***Tortellini z pieczarkami, szpinakiem i szynką***  ***300 g*** | ***Z: Fasolowa z kiełbasą i cebulą 400 ml 1\*,7\*,9***  ***DW + BM; zupa ziemniaczana 400 ml Makaron z pieczarkami, parówką i warzywami ( marchew, seler, pietruszka, natka, cebula) 345g DW: makaron z sosem i parówką 345g BM: makaron z sosem i pieczarkami 345g syrop owocowy 250 ml*** | | ***Ciasto czekoladowe***  ***100 g*** | ***Baleron 80g,***  ***Chleb pszenno-żytni 150 g,***  ***Chleb żytni 100 g, 1\****  ***Kanapkowa 25 g,***  ***Herbata 250 ml***  ***DC+DW+DBM+ DT: dżem 80g***  ***Marchew 100g*** |
| ***9*** | ***13***  ***śr*** | ***Płatki owsiane 400 ml***  ***Kiełbasa piwna 80g***  ***Chleb pszenno-żytni 150 g, 1\****  ***Chleb żytni 100 g***  ***kanapkowa 25 g,***  ***DW+DC+BM+DT: jajko gotowane na miękko 2 szt 100 g***  ***DW: chleb pszenny 200g 1\****  ***Herbata 250 ml*** | | ***Tagiatelle z sosem truskawkowym*** | ***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***  ***DW+BM+DT: serek wiejski 150g, ziemniaki z wody 400 ml 7\**** | | ***Ryba po grecku z warzywami Pieczywo*** | ***Serek topiony 50g***  ***Chleb pszenno-żytni 150 g,***  ***Chleb żytni 100 g, 1\****  ***kanapkowa 25 g,***  ***Herbata 250 ml***  ***Ogórek kiszony 100g*** |
| ***10*** | ***14***  ***czw*** | ***Ryż na mleku 400 ml***  ***Kiełbasa biała gotowana 1 szt.- 100g***  ***Musztarda 20 g,***  ***Chleb pszenno-żytni 150 g***  ***Chleb żytni 100 g, 1\* Kanapkowa 25 g,***  ***herbata 250 ml***  ***DW: :chleb pszenny 200g 1\****  ***BM+DW+DC: ser biały 100g 7\****  ***Jabłko 150g*** | | ***Makaron zapiekany z kurczakiem, szpinakiem i cukinią*** | ***Z: Jarzynowa z zieleniną 400 ml Gulasz wieprzowy duszony z warzywami(mix papryki, cebula, marchew, seler, pietruszka) 120 ml Kasza jęczmiennaa 120g Ogórek kiszony 150g Syrop owocowy 250 ml DBM: gulasz sojowy 150g*** | | ***Koktajl kakaowo – bananowy*** | ***Ser salami 60 g, 6\****  ***Chleb pszenno-żytni 150 g,***  ***Chleb żytni 100 g, 1\****  ***Kanapkowa 25 g,***  ***Herbata 250 ml***  ***Marchew 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.