

PONIEDZIAŁEK 07.12.2019R. /1,3,7,9/ DZIEŃ CZERWONY

Śniadanie – Zupa mleczna z kaszą manną /200g/, Pieczywo mieszane z masłem /70g/szynka /20g/papryka /3g/ pomidor /3g/ miód /5g/,dżem /5g/ herbata owocowa./150g/

Obiad –Zupa pomidorowa z ryżem /200g/. Schab pieczony po staropolsku /70g/ z ziemniakami /150g/, surówka z pomidora /50g/ buraczki /40g/ kompot /150g/.

Podwieczorek – Budyń wiśniowy z polewą /150g/ biszkopty /3 szt/ jabłko /100g/ herbata /150g/.

WTOREK 08.12.2020r. /1,3,7,9/

Śniadanie – Zupa mleczna z płatkami owsianymi /200g/. Pieczywo mieszane z masłem /70g/.,,parówki z szynki /60g/ ketchup /3g/ miód /5g/, herbata ziołowa /150g/

Obiad – Zupa szczawiowa z ziemniakami /200g/. Naleśniki z serem i śmietaną /160g/, jabłko tarte,/50g/ lemoniada /150g/

Podwieczorek – bułka z miodem /40g/ , gruszka /1 szt/, kakao /150g/

ŚRODA 09.12.2020r. /1,3,7,9,/

Śniadanie – Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /200g/./Pieczywo mieszane z masłem /70g/. szynka /20g/kielbasa krakowska /20 /sałata /2g/, pomidory /2g/, Miód , herbata ziołowa /150g/

Obiad – Zupa fasolowa /200g/. Łazanki z mięsem i kapustą /200g/, surówka z ogórka kwaszonego i cebuli /60g/, kompot /150g/,

Podwieczorek – Bułka wrocławska z serkiem homogenizowanym /30g/herbata /150g/, mandarynka /1 szt/.

CZWARTEK –10.12.2020r./1,3,7,9,/

Śniadanie - Zupa mleczna z makaronem /200g/./ Pieczywo mieszane z masłem /70g/. Szwedzki stół – talerz wędlin, /szynka, polędwica, kielbasa krakowska, kielbasa drobiowa, ser żółty/, talerz z warzywami /sałata /2g/, pomidory /2g/, ogórki /2g/, papryka /2g/, rzodkiewka /2g/. Miód , herbata ziołowa /150g/

Obiad – Zupa jarzynowa z ziemniakami /200g/. Gulasz z indyka z kaszą gryczaną /200g/. Surówka z marchwi, selera i jabłka /60g/,brokuł /30g/ lemoniada /150g/

Podwieczorek – Chałka z masłem /40g/ herbata /150g/ jabłko /150g/

PIĄTEK – 11.12.2020r./1,3,4,7,9,/

Śniadanie - Zupa mleczna z płatkami ryżowymi /200g/. Pieczywo mieszane z masłem /70g/, polędwicą /20g/ ser żółty /20g/, pomidorem /20 g/ i rzodkiewką /2 g/. Dżem/ 5g/, miód /5g/, herbata owocowa /150g/.

Obiad - Zupa zacierkowa z ziemniakami /200g/ Miruna smażona/70g/ z ziemniakami 150g/. Marchew mini /50g/.,kapusta kiszona /40 g/ Kompot /150g/

Podwieczorek – Bułeczka z budyniem /40g/ winogrono /150g/ SOK OWOCOWY /150g/ ..

PONIEDZIAŁEK – 14.12.2020r./1,3,7,9,/

Śniadanie – Zupa mleczna z kaszą manną /150g/. Pieczywo mieszane z masłem /70g/, serem żółtym /40g/, sałatą /2g/ i pomidorem /40g/, miód /5g/, herbata owocowa /150g/.

Obiad – Zupa grochowa z ziemniakami /150g/. ziemniaki /150g/, kotlet mielony /70g/, mizeria /55g/, marchew z groszkiem /50g/kompot /150g/.

Podwieczorek Kisiel /150g/ banan /150g/ pałki kukurydziane /100g/

WTOREK –15.12.2020r./1,3,7,9,/

Śniadanie – Zupa mleczna z zacierkami /150g/. Pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynką /40g/, ogórkiem i pomidorem /5g/, miód /5g/, herbata ziołowa /150g/.

Obiad - Zupa ogórkowa z ziemniakami /200g/, Pierogi z mięsem /140g/ surówka z buraków i ogórka kiszzonego /40g/, lemoniada /150g/.

Podwieczorek —ciasto piaskowe – własny wypiek /100 g/, jabłko /150g/, herbata /150g/.

ŚRODA –16.12.2020r. /1,3,7,9,/

Śniadanie - Zupa mleczna z płatkami ryżowymi /150g/. Pieczywo mieszane z masłem /70g/, kielbasą krakowską /40g/, papryką /3g/ i ogórkiem /5g/, miód /5g/, herbata owocowa /150g/.

Obiad – Krupnik z ziemniakami /150g/. Spaghetti po bolońsku /150g /. Ogórek kwaszony /85g/, kompot./150 g/

Podwieczorek –Bułka /35 g/, z serkiem waniliowym /20g/ herbata owocowa./150g/mandarynka/1 szt/

CZWARTEK – 17.12.2020r./1,3,7,9,/

Śniadanie - Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /200g/. Pieczywo mieszane z masłem /70g/.szynka konserwowa/40g/, pomidory /2g/, ogórki kiszony /2g/, dżem ,Miód , herbata ziołowa /150g/

Obiad – Barszcz ukraiński /150g/ Indyk w sosie serowo-śmietanowym /70g/ z ryżem /150g/ surówka z pomidorów i cebuli /55g/,fasolka szparagowa /45g/ /lemoniada /150g/.

Podwieczorek –Bułeczka kwiatek z masłem /40g/, pomarańcza /1/2/, sok owocowy./150g/

PIĄTEK – 18.09.2020r./1,3,4,7,9,/

Śniadanie - Zupa mleczna z płatkami owsianym /150g/i. Pieczywo mieszane z masłem /70g/, polędwica /40g/, papryka /5g/, ogórek /5g/, miód /5g/, herbata owocowa /150g/.

Obiad- Zupa kalafiorowa z ryżem /150g/ . Ziemniaki /150g/ , kotlet z ryby /70g/. Surówka colesław/55g/. Kompot /150g/.

Podwieczorek – Bułka z masłem, /50g/ jajkiem , rzodkiewką i sałatą /10g/, gruszka /100g/, herbata /150g/

PONIEDZIAŁEK 21.12.2020r./1,3,7,9,/

Śniadanie – Zupa mleczna z zacierkami /200g/ Pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynką /20g/serem żółtym /20g/ pomidorem /5g/, ogórkiem /5g/. Miód /5g/, herbata owocowa 150g/

Obiad – Zupa pieczarkowa z makaronem /200g/. Kotlet drobiowy w otrębach / 70g/ z ziemniakami /150g/. Marchew z jabłkiem i chrzanem 40g/,kalafior /40 g/ kompot / 150g/.

Podwieczorek – Bułka pszenna kwiatek z masłem /35g/, jabłko /1 szt/, herbata /150g/

WTOREK 22.12.2020r/1,3,7,9,/ POTRAWY ŚWIĄTECZNE

Śniadanie – Zupa mleczna z płatkami owsianymi /200g/ . Pieczywo mieszane z masłem /70g/, /,szynka konserwowa /40g/ser żółty /20g/ pomidor /2g/ papryka /3g/ miód /5g/, herbata ziołowa /150g/

Obiad –, Zupa barszcz czerwony/200g/./ ryba miruna „po grecku” /150g/ z ziemniakami/150g/ duszone warzywa /60g/, brokuły /25g/ kompot /150g/.

Podwieczorek Ciasto piernikowe/35g/ gruszka/150g/ herbata /150g/.

ŚRODA 23.12.2020r. /1,3,7,9,/

Śniadanie - Zupa mleczna z kaszą manną /200g./ Pieczywo mieszane z masłem /70g/. kielbasa krakowska /20g/,ser żółty/20g/ papryka /2g/, rzodkiewka /2g/, dżem, Miód , herbata ziołowa,

Obiad – Zupa zacierkowa /200g/. Udko pieczone z kurczaka /100g/ z ziemniakami /150g/, buraczki /55g/,sałata /30 g/ kompot /150g/.

Podwieczorek Chałka z masłem /40g/ /herbata owocowa /150g/ mandarynka /1 szt/

Czwartek 24.12.2020r. /1,3,7,9

Śniadanie - Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /200g./ Pieczywo mieszane z masłem /70g/., szynka/20g/, pomidory /2g/, papryka /2g/, ogórek /2g/. Miód , herbata ziołowa,/150g/

Obiad – Zupa jarzynowa /200g/. placki z jabłuszkiem /200g/ lemoniada /150g/.

Podwieczorek - budyń z polewą truskawkową /150g/jabłko /1 szt/biszkopty /3 szt/ herbata /150g//

PONIEDZIAŁEK 28.12.2020r. /1,3,7,9/

Śniadanie- zupa mleczna z kaszą manną /150g/. Pieczywo mieszane z masłem/70g/ i serem żółtym /20g/, szynką /20g/ pomidorem /20g/, sałatą/1g/ .Miód /5g/. Herbata owocowa /150g/.

Obiad - Zupa pomidorowa z ryżem /200g/. naleśniki z serem /200g/ jabłko tarte /50g/kompot /150g/

Podwieczorek Bułeczka pszenna z kielbasą drobiową /40g/ ,winogrona /150g/ kakao /150g/

..

WTOREK 29.12.2020r /1,3,7,9/

Śniadanie – Zupa mleczna z płatkami ryżowymi /150g/, pieczywo mieszane z masłem /70g/ szynka konserwowa/40g/ ogórek /3g/ papryka /2g/serek homogenizowany z rzodkiewką /25g/miód /5g/, herbata ziołowa /150g/

Obiad – Zupa ogórkowa z ziemniakami /200g/. Pieczeń rzymska w sosie śmietanowo – ziołowym /70g/ z ziemniakami /150g/ brokuły/30g/ pomidory z cebulą /40g/Lemoniada /150g/

Podwieczorek – Ciasto marchewkowe100g/gruszka /150g/ herbata /150g/.

ŚRODA 30.12.2020r. /1,3,7,9/

Śniadanie - Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /200g./. Pieczywo mieszane z masłem /70g/. polędwica /20g/, ser żółty /20g/ ogórki /2g/, papryka /2g/ Miód , herbata ziołowa /150g/

Obiad –Zupa koperkowa z ryżem/200g/Gulasz wołowy/70g/ kasza jęczmienna /150g/ mizeria/ 40 g/marchew mini /40g/ kompot /150g/

Podwieczorek –pałki kukurydziane / 3-4 szt/,banan /1 szt/ budyń waniliowy /150g/ herbata owocowa /150g/

CZWARTEK 31.12. 2020r /1,3,7,9/

Śniadanie –Zupa mleczna z makaronem /200g./. Pieczywo mieszane z masłem /70g/., kielbasa krakowska, ser żółty/, sałata /2g/, pomidory /2g/, Miód ,dżem herbata ziołowa /150g/

Obiad - Zupa jarzynowa /200g/ Pierogi z serem /160g/. Marchew z jabłkiem i jogurtem /50g/. Lemoniada /150g

Podwieczorek – Bułka pszenna z dżemem /40g/ jabłko /100g/, herbata/150g/

NA II ŚNIADANIE DO CHRUPANIA KALAREPA , MARCHEWKA, BIAŁA RZODKIEW LUB OWOC, MUS OWOCOWY

ALERGENY

Podane w jadłospisie liczby oznaczają wymienione niżej alergeny

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji /wg załącznika II do Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011r./

Alergeny występujące w posiłkach:

- 1. Zboża zawierające gluten**
- 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**
- 8. Orzechy**
- 9. Seler i produkty pochodne**
- 10. Gorczyca i produkty pochodne**
- 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne**
- 12. Dwutlenek siarki w stężeniach wyższych niż 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców.**
- 13. Łubin i produkty pochodne**
- 14. Mięczaki i produkty pochodne**