

PONIEDZIAŁEK 04.01.2021R. /1,3,7,9/

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

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

Podwieczorek – bułka z miodem /40g/ , banan /150g/, kakao /150g/

WTOREK 05.01.2021r. /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 fasolowa /200g/. Łazanki z mięsem i kapustą /200g/, surówka z ogórka kwaszonego i cebuli /60g/, kompot /150g

Podwieczorek / Bułka wrocławska z serkiem homogenizowanym /50g/herbata /150g/, mandarynka /100g/

CZWARTEK –07.01.2021r./1,3,7,9,/

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

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

Podwieczorek – Chałka z masłem /40g/ herbata /150g/ jabłko /100g/

PIĄTEK – 08.01.2021r./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 /100g/ SOK OWOCOWY /150g/ .,

PONIEDZIAŁEK – 11.01.2021r./1,3,7,9,/

Śniadanie – Zupa mleczna z kaszą manną /150g/. Pieczywo mieszane z masłem /70g/, serem żółtym /20g/, szynką /20g/sałata /2g/ i pomidorem /40g/, miód /5g/,dżem herbata owocowa /150g/.

Obiad –Zupa ogórkowa z ziemniakami /200g/, ziemniaki /150g/, kotlet mielony z łopatki wieprzowej/70g/, marchew z groszkiem /55g/,pomidory z cebulą /35 g/ kompot /150g/.

Podwieczorek Kisiel owocowy /150g/ banan /150g/ pałki kukurydziane /70g/

WTOREK –12.01.2021r./1,3,7,9,/

Śniadanie – Zupa mleczna z zacierkami /150g/. Pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynką /20g/serkiem waniliowym /20g/ ,ogórkiem i pomidorem /5g/, miód /5g/, herbata ziołowa /150g/.

Obiad – Zupa grochowa z ziemniakami /150g/. Gulasz wołowy /70g/ kopytka /100g/Surówka z warzyw mieszanych /100g/ lemoniada /150g

Podwieczorek – Bułka wrocławska /35g/ z dżemem /20g/, pomarańcza /100g/, kawa mleczna./150g/

ŚRODA – 13.01.2021 /1,3,7,9/

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

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

Podwieczorek –Budyń waniliowy /150g/, mandarynka /100g/, pałki kukurydziane /40g /.

CZWARTEK–14.01.2021r. /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 – Zupa krupnik z ziemniakami /150g/. Spaghetti po bolońsku /150g /Surówka z ogórka kwaszony /55g/, kompot./150 g/

Podwieczorek - Galaretka owocowa /150 g/,biszkopty /40g/ jabłko /100g/ herbata owocowa./150g/

PIĄTEK – 15.01.2021r./1,3,7,9,/

Śniadanie - Zupa mleczna z płatkami owsianym /150g/i. Pieczywo mieszane z masłem /70g/, polędwica /20g/kielbasa krakowska /20g/, papryka /5g/, ogórek /5g/, miód /5g/ , herbata owocowa /150g/.

Obiad- Zupa kapuśniak /150g/ . Pierogi z mięsem /200 g/ Surówka z buraków i ogórka /55g/. Kompot /150g/.

Podwieczorek – Jagodzianka /50g/ winogrono /100g/, herbata owocowa/150g/

PONIEDZIAŁEK 18.01.2021r./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/,fasolka szparagowa /40 g/ kompot / 150g/.

Podwieczorek – muffinki /40g/, jabłko /100g/, herbata /150g/

WTOREK 19.01.2021r/1,3,7,9,/

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 biały /200g/. naleśniki z serem i śmietaną /140g/ ,jabłko tarte /40g/, lemoniada /150g/.

Podwieczorek Bułka wrocławska z masłem /35g/ i kielbasą z kurczaka /15g/ sałatą /2g/ kiwi/50g./ herbata /150g/.

ŚRODA 20.01.2021r. /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 /50g/ /herbata owocowa /150g/ mandarynka /100g/

Czwartek 21.01.2021r. /1,3,7,9,/ DZIEŃ Z KOLOREM BIAŁYM

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

Obiad – Zupa KALAFIOROWA /200g/ pierogi z serem/ /200 g/ jabłko tarte / lemoniada /150g/.

Podwieczorek - bułka z serkiem waniliowym /40g/ /150g/banan /150g/mleko /150g/

PIĄTEK- 22.01.2021 /1,3,4,7,9,/

Śniadanie – Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi/200g/. Pieczywo mieszane z masłem /70g/, polędwicą/ 20g/,ser żółty /20g/ rzodkiewką /2g/ i pomidorem /5g/. Miód, dżem/5g/, Herbata ziołowa /150g/.

Obiad – Zupa koperkowa z ryżem /200g/. filet z miruny /150g/ z ziemniakami/150g/ duszone warzywa /60g/, brokuły /25g/ kompot /150g/.

Podwieczorek – Budyń /150g/, jabłko /150g/, biszkopty /40g/ herbata /150g/

PONIEDZIAŁEK 25.01.2021r. /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 makaronem /200g/. Ziemniaki /150g/, kotlet schabowy/70g/, mizeria /50g/, buraczki /35g/kompot /150g/

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

WTOREK 26.01.2021r /1,3,7,9/

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

Obiad – Zupa ogórkowa z ziemniakami /200g/.kluski leniwe/ 160g/. Marchew z jabłkiem i jogurtem /50g/. Lemoniada /150g/

Podwieczorek – Ciasto piaskowe /własnego wypieku /100g/pomarańcza /150g/ herbata /150g/.

ŚRODA 27.01.2021r. /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 barszcz czerwony z ziemniakami/200g/Gulasz cielęcy /70g/ kopytka /100g/ Sałata ze śmietaną,/ 40 g/ kompot /150g/

Podwieczorek –pałki kukurydziane / 40g/,banan /150g/ budyń waniliowy /150g/ herbata owocowa /150g/

CZWARTEK 28.01. 2021r /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 krem z dyni z grzankami /200g/ Pieczeń rzymska w sosie śmietanowo – ziołowym /70g/ z ziemniakami /150g/ brokuły/30g/ pomidory z cebulą /40g/Lemoniada /150g/

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

PIĄTEK- 29.01.2021 /1,3,4,7,9,/

Śniadanie –Zupa mleczna z płatkami owsianymi /150g./. Pieczywo mieszane z masłem /70g/kielbasa krakowska,/ 40g/ ser żółty /10g /sałata /2g/, pomidory /2g/, ogórki /2g/, papryka /2g/, rzodkiewka /2g/. Miód , herbata ziołowa /150g/

Obiad - Zupa ryżanka / 150 g/ kotlet z ryby miruny /50g/ z ziemniakami /150g/ surówka z kapusty pekińskiej /50g/ Lemoniada /150g/

Podwieczorek – Chałka z masłem /50g/ mandarynka / 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