

### **PONIEDZIAŁEK 01.02.2021R. /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 pomidorowa z ryżem /200g/. Schab pieczony po staropolsku /70g/ z ziemniakami /150g/, surówka mizeria /40g/ buraczki /40g/ kompot /150g/.

Podwieczorek – Bułka wrocławska z serkiem/30g/herbata /150g/, mandarynka /100g/.

### **WTOREK 02.02.2021r. /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 szczawiowa z ziemniakami /200g/. Naleśniki z serem i śmietaną /160g/, jabłko tarte,/50g/ lemoniada /150g/

Podwieczorek – bułka pszenna z miodem /40g/ , winogrona /150g/, kakao /150g/

### **ŚRODA –03.02.2021r. /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 –Budyń waniliowy /40g/, banan /150g/, pałki kukurydziane /2 szt/.

### **CZWARTEK –4.02.2021r./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/, jajka. Miód , herbata ziołowa /150g/

Obiad – Zupa jarzynowa z ziemniakami /200g/. Gulasz z indyka z kaszą gryczaną /200g/. Surówka z marchwi, selera i jabłka /30g/, fasolka szparagowa /35g/ lemoniada /150g/

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

### **PIĄTEK – 05.02.2021r./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/.surówka z kapusty kiszzonej /35g/ Kompot /150g/

Podwieczorek – Bułeczka z jabłkiem /40g/ pomarańcza /150g/ SOK OWOCOWY /150g/ ..

---

### **PONIEDZIAŁEK 08.02.2021r./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/, kalafior /50g/ kompot / 150g/.

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

### **WTOREK 09.02.2021r/1,3,7,9,/**

---

Śniadanie – Zupa mleczna z płatkami owsianymi /200g/ . Pieczywo mieszane z masłem /70g/, /,parówki z szynki /60g/ ketchup /3g/polędwica drobiowa /20g/ /pomidor /2g/ papryka /3g/ miód /5g/, herbata ziołowa /150g/

Obiad –, Zupa grochowa /200g/. naleśniki z serem i śmietaną /140g/ ,jabłko tarte /40g/, lemoniada /150g/.

Podwieczorek Bułka wrocławska z masłem /35g/ i kielbasą z kurczaka /20g/ sałatą /2g/ pomarańcza/150g/ herbata /150g/.

### **ŚRODA 10.02.2021r. /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 – Kapuśniak z ziemniakami /200g/. Udko pieczone z kurczaka /100g/ z ziemniakami /150g/, buraczki /55g/, sałata ze śmietaną /35g/ kompot /150g/.

Podwieczorek Chałka /40g/ /herbata owocowa /150g/ kiwi /1 szt/

### **Czwartek 11.02.2021r. /1,3,7,9,/ **DZIEŃ Z KOLOREM BRĄZOWYM TŁUSTY CZWARTEK****

---

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

Obiad – Krem z soczewicy brązowej z grzankami /200g/. gulasz wołowy /100 g/ kasza gryczana/100g/ sałata dębowa /8g/pomidor czekoladowy /8g/ herbata/150g/.

Podwieczorek - PAŃCZEK /40g/ owoce suszone /3 szt /herbata /150g//

### **PIĄTEK- 12.02.2021 /1,3,4,7,9,/**

---

Śniadanie – Zupa mleczna z płatkami ryżowymi /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 – ciasto marchewkowe /40g/, jabłko /150g/, kakao /150g/

---

---

### **PONIEDZIAŁEK – 15.02.2021r./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/, herbata owocowa /150g/.

Obiad –Zupa ogórkowa z ziemniakami /200g/, ziemniaki /150g/, kotlet mielony /70g/, marchew z groszkiem /55g/, mizeria /50g/ kompot /150g/.

Podwieczorek - Kisiel owocowy /150g/ banan /150g/ ciasteczka /3 szt/

### **WTOREK –16.02.2021r./1,3,7,9,/ DZIEŃ WĘGIERSKI**

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 – Gulyoslaves – kapuśniak po węgiersku /150g/ Lecso /70g/( kolorowa papryka, cukinia, pomidory, cebula ,mięso wieprzowe), ryż /50g/ csalamade – surówka z białej kapusty z papryką, ogórkiem i cebulą.**

Podwieczorek – Bułka wrocławska /35g/ z dżemem /20g/, kiwi /1 szt/, kawa mleczna./150g/

### **ŚRODA –17.02.2021r. /1,3,7,9,/**

---

Śniadanie - Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /200g./. Pieczywo mieszane z masłem /70g/.szynka konserwowa/40g/,twarożek z rzodkiewką /30g/ pomidory /2g/, ogórek /2g/, dżem ,Miód , herbata ziołowa /150g/,

Obiad – Krupnik z ziemniakami /150g/. Spaghetti po bolońsku /150g /Surówka z ogórka kwaszonego /55g/, kompot./150 g/

Podwieczorek – Galaretką owocową /150 g/ pałki kukurydziane /3 szt/ jabłko /100 g/ herbata owocowa./150g/

### **CZWARTEK – 18.02.2021r./1,3,7,9,/**

---

Śniadanie - Zupa mleczna z płatkami ryżowymi /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/, jajka. Miód , herbata ziołowa /150g/

Obiad – Barszcz ukraiński /150g/ Indyk w sosie serowo-śmietanowym /70g/ z kaszą jęczmienną /150g/ surówka z pomidorów i cebuli /45g/, brokuły /25g/lemoniada /150g/.

Podwieczorek –Jagodzianka /40g/, mandarynka /100g/, herbata./150g/

### **PIĄTEK – 19.02.2021r./1,3,4,7,9,/**

---

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 kalafiorowa z ryżem /150g/ . Ziemniaki /150g/ , kotlet z ryby /70g/. Surówka z pekińskiej kapusty /45g/marchew mini /40 g/ Kompot /150g/.

Podwieczorek – Bułka grahamka z masłem, /50g/ jajkiem , rzodkiewką i sałata /10g/, winogrono /100g/, herbata owocowa/150g/

---

**PONIEDZIAŁEK 22.02.2021r. /1,3,7,9/**

---

Śniadanie- zupa mleczna z kaszą manną /150g/. Pieczywo mieszane z masłem/70g/ i serek homogenizowany z rzodkiewką /30g/, szynką /20g/ pomidorem /20g/, sałatą/1g/ dżem /5g/.Miód /5g/. Herbata owocowa /150g/.

Obiad- Zupa pomidorowa z makaronem /200g/. Ziemniaki /150g/, kotlet schabowy/70g/, mizeria /35g/, marchew z groszkiem /35g/kompot /150g/

Podwieczorek Babeczka z budyniem /40g/ ,jabłko /150g/ kakao /150g/ ..

**WTOREK 23.02.2021r /1,3,7,9/**

---

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

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

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

**ŚRODA 24.02.2021r. /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 zacierkowa z ziemniakami/200g/Risotto /300g/ryż, filet z kurczaka, cukinia, kabaczek, cebula, papryka, fasolka szparagowa, kukurydza, czosnek, pomidory/. Sałata ze śmietaną,/ 40 g/ kompot /150g/

Podwieczorek –Wafle ryżowe / 2 szt/,banan /1 szt/ budyń waniliowy /150g/ herbata owocowa /150g/

**CZWARTEK 25.02. 2021r /1,3,7,9/**

---

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

Obiad - Zupa krem z dyni z grzankami /200g/ Pieczeń rzymska w sosie śmietanowo – ziołowym /70g/ z kluskami śląskimi /150g/pomidory z cebulą /35g/ brokuły/50g/ Lemoniada /150g/

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

**PIĄTEK- 26.02.2021 /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 – Biały barszcz / 150 g/ kotlet z ryby miruny /50g/ z ziemniakami /150g/ marchewka mini/50g/surówka z buraków i ogórka kiszzonego /35g/ Lemoniada /150g/

Podwieczorek – Chałka z masłem /50g/ mandarynka / 1 szt/, 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 SO<sub>2</sub> 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**