

PONIEDZIAŁEK 01.03.2021R. /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 02.03.2021r. /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/ , banan /150g/, kakao /150g/

ŚRODA –03.03.2021r. /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/, winogrona /150g/, pałki kukurydziane /2 szt/.

CZWARTEK –4.03.2021r./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 – 05.03.2021r./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 – 08.03.2021r./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 –09.03.2021r./1,3,7,9,/ DZIEŃ GRECKI

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 – Fasolada – zupa z fasoli i pomidorów /150g/ Giauvetsi gulasz wołowy z makaronem orzo/200g/ horiatiki – surówka z pomidorów, ogórków, papryki, sera fety, oliwek, cebuli i sałaty lodowej/

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

ŚRODA –10.03.2021r. /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 – 11.03.2021r./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 – 12.03.2021r./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/, jabłko /100g/, herbata owocowa/150g/

PONIEDZIAŁEK 15.03.2021r./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 sezamie / 70g/ z ziemniakami /150g/. Surówka z warzyw mieszanych 40g/, fasolka /50g/ kompot / 150g/.

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

WTOREK 16.03.2021r/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 17.03.2021r. /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/ winogrona /150g/

Czwartek 18.03.2021r. /1,3,7,9,/ **DZIEŃ Z KOLOREM POMARAŃCZOWYM**

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

Obiad – Krem z soczewicy pomarańczowej z grzankami /200g/. indyk w carry z marchewką, pomarańczą i papryką /100 g/ ryż/100g/ surówka z marchewki, brzoskwini i pomarańczy/40g/ napój morelowy/150g/.

Podwieczorek - galaretka pomarańczowa /150g/ biszkopty /3 szt /sok karotka /150g/mandarynka /100g/

PIĄTEK- 19.03.2021 /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 22.03.2021r. /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 23.03.2021r /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/banan /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/,jabłko /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 marchewki 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/

PONIEDZIAŁEK 29.04.2021R. /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 – Rosół z makaronem /200g/. Pulpety z indyka w sosie pomidorowym/70g/ z ziemniakami /150g/, surówka mizeria /40g/ buraczki /40g/ kompot /150g/.

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

WTOREK 30.03.2021r. /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/. kluski leniwe /160g/, marchewka tarta z jabłkiem,/50g/ lemoniada /150g/

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

ŚRODA –31.03.2021r. /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/ Mięso wieprzowe z warzywami w sosie ziołowym /70g/ Makaron /150g/, surówka z ogórka kwaszonego i cebuli /60g/, kompot /150g/,

Podwieczorek –Budyń waniliowy /40g/, jabłko /150g/, pałki kukurydziane /2 szt/.

**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**