

JADŁOSPIS GRUDZIEŃ 2021R.

ŚRODA – 01.12.2021r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, twarożek z rzodkiewką /60g/, kiełbasa krakowska /20g /, pomidor /5g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – barszcz czerwony ziemniakami /200ml/, makaron carbonara z filetem z kurczaka /200g/, sałata ze śmietaną /60g/, kompot /200 ml/

Podwieczorek – budyń waniliowy /150g/, mandarynka /150g/, słomki kukurydziane /2szt./

CZWARTEK – 02.12.2021r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z makaronem /200ml/, Szwedzki stół - pieczywo mieszane z masłem /70g/, talerz wędlin: polędwica sopocka, kiełbasa krakowska, polędwica drobiowa, szynka /50g/, ser żółty /20g/, talerz z warzywami: pomidor, ogórek, rzodkiewka, sałata, papryka /50g/, miód /5g/, herbata ziołowa /200 ml/

Obiad – krem z marchewki z grzankami /200ml/, gulasz z indyka z kaszą gryczaną /200g/, surówka z pomidorów /50g/, herbata owocowa /200 ml/

Podwieczorek – chałka z masłem /40g/, kakao /200 ml/, jabłko /150g/

PIĄTEK – 03.12.2021r. /1,3,4,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami ryżowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynka konserwowa /20g/, pasta z jajek ze szczypiorkiem /40g /, pomidor /5g/, sałata /2g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200 ml/

Obiad - zupa koperkowa z ryżem /200ml/, miruna smażona /70g/, ziemniaki /150g/, marchew mini /50g/, lemoniada /200 ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem i dżemem /80g/, melon /150g/, herbata owocowa /200 ml/



PONIEDZIAŁEK 06.12.2021r. /1,3,7,9/ **Mikołajki - Dzień Czerwony**

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynka /20g/, ser żółty /20g/, pomidor /5g/, papryka czerwona /5g/, miód /5g/, dżem truskawkowy /5g/, herbata malinowa /200 ml/

Obiad – zupa krem pomidorowy z grzankami /200ml/, kurczak z czerwonym Pesto z suszonych pomidorów i passatą pomidorową /70g/, makaron tagliatelle /150g/, surówka z pomidorów /40g/, kompot wiśniowy /200 ml/

Podwieczorek – bułka pszenna z masłem /60g/, dżem truskawkowy /10g/, arbuzy /150 g/, napój malinowy /200 ml/

WTOREK 07.12.2021r/1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami żytnimi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, parówki z szynki /70g/, ketchup /3g/, sałata /2g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200 ml/

Obiad – zupa grochowa /200ml/, kluski leniwe z masłem i bułką tartą /150g/ , surówka z marchwi i jabłka z jogurtem /40g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek- babka piaskowa – wyrób własny /80g/, jabłko /150g/, kakao /200ml/

ŚRODA 08.12.2021r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami ryżowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, twarożek z rzodkiewką /60g/, kiełbasa krakowska /20g /, pomidor /5g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa ogórkowa ziemniakami /200ml/, pulpety w sosie pomidorowym /70g/, kasza bulgur /150g/, fasolka szparagowa /60g/, lemoniada/200 ml/

Podwieczorek – budyń waniliowy /150g/, winogrona /150g/, słomki kukurydziane /2szt./

CZWARTEK 09.12. 2021r /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z makaronem /200ml/, Szwedzki stół - pieczywo mieszane z masłem /70g/, talerz wędlin: polędwica sopocka , kiełbasa krakowska, polędwica drobiowa szynka /50g/, ser żółty /20g/, talerz z warzywami: pomidor , ogórek, rzodkiewka ,sałata, papryka /50g/, serek waniliowy /10g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa pieczarkowa z makaronem /200ml/, kotlet drobiowy w otrębach/70g/, ziemniaki /150g/, mizeria /40g/, napój owocowy /200 ml/

Podwieczorek – bułka pszenna z masłem /60g/, serek waniliowy /20g/, jabłko /150 g/, herbata owocowa /200 ml/

PIĄTEK- 10.12.2021 /1,3,4,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami owsianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, wędlina drobiowa /20g/, ser żółty /20g/, rzodkiewka /2g/ , pomidor /5g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad - zupa zacierkowa z ziemniakami /200ml/, miruna smażona/70g/ , ziemniaki /150g/, surówka z kapusty kiszonej /50g/, kompot /200 ml/

Podwieczorek – bułka kwiatek z masłem /70g/, mus owocowy /1szt./, herbata owocowa /200ml/

PONIEDZIAŁEK - 13.12.2021r. /1,3,7,9/

Śniadanie- zupa mleczna z kaszą manną /200ml/, pieczywo mieszane z masłem/70g/, twarożek z rzodkiewką /30g/, szynka /20g/, pomidor /5g/, sałata/1g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad- zupa pomidorowa z ryżem /200ml/, ziemniaki /150g/, kotlet mielony/70g/, buraki /50g/, herbata owocowa/200ml/

Podwieczorek – bułka orkiszowa z serkiem waniliowym /80g/ ,jabłko /150g/, kawa zbożowa z mlekiem /200ml/

WTOREK 14.12.2021r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami ryżowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, polędwica drobiowa /20g/, ser żółty /20g/, ogórek /5g/, papryka /5g/, miód /5g/ , dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa szczawiowa /200ml/, naleśniki z serem i śmietaną/160g/, jabłko tarte /50g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – kisiel wieloowocowy – wyrób własny /150g/, banan /150g/, ciastka /2szt./, herbata owocowa /200ml/

ŚRODA 15.12.2021r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, polędwica sopocka /20g/, ser żółty /20g/, ogórek /5g/, pomidor /5g/, miód /5g/ , dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – krupnik /200ml/, spaghetti /250g/, surówka z kiszzonego ogórka /50g/, lemoniada /200ml/

Podwieczorek – babeczka z budyniem /1 szt./, mandarynka /150g/, herbata owocowa /200ml/

CZWARTEK 16.12. 2021r /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z makaronem /200ml/, Szwedzki stół - pieczywo mieszane z masłem /70g/, talerz wędlin: polędwica sopocka , kiełbasa krakowska, polędwica drobiowa szynka /50g/, ser żółty /20g/, talerz z warzywami: pomidor , ogórek, rzodkiewka ,sałata, papryka /50g/, serek waniliowy /10g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – barszcz ukraiński /200ml/, kurczak w sosie śmietanowym /70g/ , ryż /100g/, pomidory z cebulą /50g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – bułka orkiszowa z masłem /40g/, jajko/20g/, rzodkiewka /5g/, jabłko /150g/, herbata owocowa/200ml/

PIĄTEK- 17.12.2021 /1,3,4,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami owsianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, polędwica sopocka /20g/, ser żółty /20g /, ogórek /5g/, pomidor /5g/, rzodkiewka /2g/, miód /5g/ , dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa kalafiorowa z ryżem /200ml//, ryba z duszonymi warzywami /70g/, ziemniaki /150g/, brokuły /50g/, lemoniada /200ml/

Podwieczorek – chałka z masłem /50g/, winogrona /150g/, sok jabłkowy /200ml/

PONIEDZIAŁEK 20.12.2021r. /1,3,7,9/

Śniadanie- zupa mleczna z kaszą manną /200ml/, pieczywo mieszane z masłem/70g/, twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem /40g/, szynka /20g/, pomidor /5g/, sałata/1g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata owocowa /200ml/

Obiad- barszcz biały/200ml/, pierogi z mięsem /150g/, surówka z marchewki z chrzanem /100 g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – ciasto kakaowe – wyrób własny/150g/, kaka /150g/, herbata owocowa /200ml/

WTOREK – 21.12.2021r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z makaronem /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, kielbasa krakowska /20g/, ser żółty /20g/, papryka /5g/, ogórek /5g/, miód /5g/ , dżem /5g/, herbata ziołowa/200ml/

Obiad- rosół z makaronem /200ml/, ziemniaki /150g/, udo pieczone/70g/, mizeria /50g/,lemoniada /200ml/

Podwieczorek - budyń /150g/, wafle ryżowe /2szt./, jabłko /150g/, herbata owocowa/200ml/



ŚRODA –22.12.2021r. /1,3,7,9/ Smaki Bożego Narodzenia

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami ryżowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, pasztet – wyrób własny /70g/, szynka/20g/, pomidor /5g/,ogórek/5g/,miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – barszcz czerwony /200ml/, pierogi z kapustą i pieczarkami/150g/, kompot z suszonych owoców /200ml/

Podwieczorek – sernik /150g/, pomarańcza /150g/, herbata zimowa /200ml/

CZWARTEK – 23.12.2021r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami żytnimi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, kielbasa krakowska /20g/, ser żółty /20g/, pomidor/5g/ , ogórek/5g/, dżem /5g/, miód /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa napolitańska /200ml/, łazanki/150g/, surówka z ogórka kwaszonego /50g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – bułka pszenna z masłem /70 g/, miód /5g/, jabłko /1 szt./, kawa z mlekiem/200ml/

PIĄTEK- 24.12.2021 /1,3,4,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, polędwica sopocka /20g/, ser żółty /20g /, ogórek /5g/, pomidor /5g/, miód /5g/ , dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa jarzynowa /200ml/,placki z jabłkiem /150g, herbata owocowa /200ml/,mus owocowy

PONIEDZIAŁEK - 27.12.2021R. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z kaszą manną /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, ser żółty /20g/, szynka /20g/, ogórek/5g/, pomidor /5g/, miód/5g/, dżem/5g/, herbata ziołowa/200ml/

Obiad – zupa szczawiowa z ziemniakami /200ml/, naleśniki z serem i śmietaną/160g/, jabłko tarte /50g/, herbata owocowa/200ml/

Podwieczorek – bułka kwiatek z masłem /70g/,kakao /200ml/, mus owocowy /1szt./

WTOREK 28.12.2021r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami owsianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, ser żółty /20g/, szynka /20g/, kielbasa krakowska /20g/,ogórek/5g/, pomidor /5g/, miód /5g/,dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa kalafiorowa z ziemniakami /200ml/, spaghetti /200g/ , surówka z ogórka kiszzonego /50g/, napój owocowy /200ml/

Podwieczorek - bułka wrocławska z masłem /70g/, serek waniliowy /50g/, jabłko/150g/, herbata owocowa /200ml/

ŚRODA 29.12.2021r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami ryżowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, ser żółty /20g/, szynka /20g/, kielbasa krakowska /20g/,ogórek/5g/, pomidor /5g/, miód /5g/,dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa zacierkowa z ziemniakami /200ml/, gulasz /70g/ ,kasza jęczmienna /150g/, buraki /50g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – galaretka owocowa /70 g/, biszkopty /2szt./, banan /150g/, herbata owocowa /200ml/

CZWARTEK – 30.12.2021r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami orkiszowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, kielbasa krakowska /20g/, ser żółty /20g/, pomidor/5g/ , ogórek/5g/, dżem /5g/, miód /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa jarzynowa z ziemniakami /200ml/, kurczak w sosie śmietanowym /70g/ , ryż /100g/, pomidory z cebulą /50g/, napój owocowy /200ml/

Podwieczorek – bułka orkiszowa z masłem /40g/,miód/10g/,banan /150g/, herbata owocowa/200ml/

PIĄTEK – 31.12.2021r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, kielbasa krakowska /20g/, pomidor/5g/ , ogórek/5g/, dżem /5g/, miód /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa koperkowa z ryżem /200ml/, pierogi z serem /70g/ , surówka z marchewki /50g/, herbata owocowy /200ml/

Podwieczorek – bułka pszenna z masłem /70g/,dżem/10g/, jabłko /150g/, herbata owocowa/200ml/

NA II ŚNIADANIE DO CHRUPANIA KALAREPA , MARCHEWKA, BIAŁA RZODKIEW , 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



WESOŁYCH ŚWIĄT !!!
