

## JADŁOSPIS WRZESIEŃ 2022R.

### CZWARTEK - 01.09.2022r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z zacierkami /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, wędlina drobiowa /20g/, ser żółty /20g/, pomidor /10g/, ogórek /10g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa pomidorowa z makaronem /200ml/ , kotlet z piersi z kurczaka w otrębach /70g/, ziemniaki/100g/, mizeria /75g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – kisiel – wyrów własny/150g/, ciastko – miś lubiś /1 szt./, banan /150g/

### PIĄTEK – 02.09.2022r. /1,3,4,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z kaszą manną /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, polędwica sopocka /20g/, ser żółty /20g/, pomidor /10g/, ogórek /10g/, miód /5g/, dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad - zupa koperkowa z ryżem /200ml/, miruna smażona/100g/ , ziemniaki /150g/, surówka z kapusty kiszonej /50g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, miód /5g/,jabłko /150g/, kakao /150g/

### PONIEDZIAŁEK - 05.09.2022r./1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z zacierkami /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, wędlina drobiowa /20g/, ser żółty /20g/, pomidor /10g/, ogórek /10g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa grochowa /200ml/, kluski leniwe z serem /150g/ , surówka z marchwi i jabłka z jogurtem /50g/, kompot /200ml/

Podwieczorek- babka piaskowa – wyrób własny /100g/, jabłko /150g/, herbata owocowa /200ml/

### WTOREK - 06.09.2022r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z kaszą manną /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, kielbasa krakowska /20g/, ser żółty /20g/, pomidor /10g/, ogórek /10g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa pieczarkowa z makaronem /200ml/, ziemniaki /150g/, udo pieczone /150g/, buraki /50g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – bułka pszenna kwiatek z masłem /70g/, arbuż /150 g/, sok jabłkowy /200ml/

### ŚRODA - 07.09.2022r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, polędwica sopocka /20g/, twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką/60g/, pomidor/10g/,papryka /10g/, miód /5g/, dżem/5g/,herbata ziołowa/200ml

Obiad – kapuśniak z ziemniakami /200ml/, pulpety w sosie chrzanowym /70g/, makaron świderki /100g/,surówka z pomidorów z cebulą /75g/, kompot /200ml/

---

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

#### **CZWARTEK - 08.09.2022r. /1,3,7,9/**

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami ryżowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynka /20g/, ser żółty /20g/, pomidor /10g/, ogórek /10g/, miód /5g/, dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad – krem z marchewki z grzankami /200ml/, gulasz wieprzowy /70g/, kasza gryczana /150g/, surówka z kolorowych warzyw /75g/, lemoniada /200ml/

Podwieczorek – galaretka /150g/ ,biszkopty /50g/, banan /150g/, herbata owocowa /200ml/

#### **PIĄTEK - 09.09.2022r. /1,3,4,7,9/**

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami owsianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynka konserwowa /20g/, ser żółty /20g/, miód /10g/,dżem /10g/, mięta /200ml/

Obiad – zupa neapolitańska z makaronem /200ml/, hamburgery z miruny z pieca /100g/, ziemniaki/150g/, marchewka mini /75g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – bułka orkiszowa z masłem /70g/, kielbasa krakowska /20g/,sałata /2g/, jabłko /150g/, herbata owocowa /200ml/

#### **PONIEDZIAŁEK - 12.09.2022r./1,3,7,9/**

Śniadanie- zupa mleczna z zacierkami /200ml/, pieczywo mieszane z masłem/70g/, ser żółty/20g/, szynka /20g/, ogórek /10g/,pomidor /10g/, miód /5g/, dżem /5g/, mięta /200ml/

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

Podwieczorek – chałka z masłem /60g/, gruszka /150g/, herbata owocowa /200ml/

#### **WTOREK - 13.09.2022r. /1,3,7,9/**

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami ryżowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/,wędlna drobiowa /20g/, ser żółty /20g/, ogórek /10g/, papryka /10g/, miód /5g/ , dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

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

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem/70g/, jajko /30g/,sałata /2g/, jabłko /150g/,sok jednodniowy „Różowa Pantera” (jabłko, gruszka, czerwona kapusta) /200ml/

#### **ŚRODA - 14.09.2022r. /1,3,7,9/**

Śniadanie – zupa mleczna z kaszą manną /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, polędwica sopocka/20g/, twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką /60g/, ogórek /10g/, pomidor /10g/, miód /5g/ , dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad – barszcz ukraiński /200ml/, wieprzowina po węgiersku /200g/, kasza bulgur /100g/, marchew z groszkiem / 50 g/, kompot /200ml/

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

---

#### CZWARTEK - 15.09.2022r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami owsianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynka konserwowa /20g/, ser żółty /20g/, pomidor /10g/, ogórek /10g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa brokułowa z ziemniakami /200ml/ , pulpety w sosie własnym /70g/, makaron świderki /100g/, bukiet warzyw /75g/, lemoniada/200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, serek waniliowy /60g//, jabłko /150g/, herbata owocowa/200ml

#### PIĄTEK - 16.09.2022r. /1,3,4,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynka konserwowa /20g/, ser żółty /20g /, ogórek /10g/, pomidor /10g/, rzodkiewka /5g/, miód /5g/ , dżem /5g/, mięta /150g/

Obiad – zupa kalafiorowa z ryżem / 200ml/, miruna smażona /100g/, ziemniaki /150g/, surówka z buraków i kiszzonego ogórka /50g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – ciasto marchewkowe /150g/, jabłko /150g/, herbata owocowa /200ml/

#### PONIEDZIAŁEK - 19.09.2022r. /1,3,7,9/

Śniadanie- zupa mleczna z zacierkami /200ml/, pieczywo mieszane z masłem/70g/, ser żółty/20g/, szynka /20g/, ogórek /10g/,pomidor /10g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – barszcz biały /200ml/, pierogi z serem i śmietaną /160g/, surówka z marchewki i jabłka z jogurtem/50g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – ciasto kakaowe – wyrób własny /100g/,jabłko /150g/, herbata owocowa /200ml/

#### WTOREK – 20.09.2022r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z kaszą manną /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, parówki /70g/, keczup /2g/, sałata /2g/ miód /5g/ , dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

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

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, dżem /5g/, arbuz /150g/, sok jabłkowy /200ml/

#### ŚRODA - 21.09.2022r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami owsianym /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/,szynka konserwowa /20g/, twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką /60g/, papryka /10g/, ogórek /10g/, miód /5g/ , dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad- rosół /200ml/, makaron /50g/, ziemniaki /150g/, schab pieczony/70g/, buraki /50g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – bułka orkiszowa z masłem /70g/, szynka konserwowa /20g/, ogórek /10g/,śliwki /100g/, herbata owocowa /200ml/

---

#### CZWARTEK - 22.09.2022r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami ryżowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem/70g/, ser żółty/20g/, kielbasa krakowska /20g/, paszтет-wyrób własny /30g/, ogórek /10g/, pomidor /10g/, miód /5g/, dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad – zupa jarzynowa z ziemniakami /200ml/ , ryż /100g/, filet z kurczaka w sosie śmietanowym /70g/, fasolka szparagowa /75g/, lemoniada /200ml/

Podwieczorek – bułka kwiatek z masłem /100g/, jabłko /150g/, herbata owocowa /200ml/

#### PIATEK - 23.09.2022r. /1,3,4,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, kielbasa krakowska/20g/, ser żółty/20g/ , pomidor /10g/, ogórek /10g/, miód /5g/, dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad – zupa ryżanka /200ml/, ryba z duszonymi warzywami /150g/, ziemniaki /150g/, brokuły /75g/, kompot /200ml/

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

#### PONIEDZIAŁEK - 26.09.2022r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami owsianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, wędlina drobiowa /20g/, ser żółty /20g/ , ogórek /10g/, pomidor /10g/, miód /5g/ , dżem /5g/, mięta /200ml/

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

Podwieczorek – bułka orkiszowa z masłem /70g/, polędwica sopocka /50g/, winogrona /150g/, herbata owocowa /200ml/

#### WTOREK - 27.09.2022r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, ser żółty /20g/, szynka konserwowa /20g/, pomidor /10g/, ogórek /10g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – barszcz czerwony z ziemniakami /200ml/, kasza jęczmienna /150g/, indyk w sosie własnym /70g/, surówka z pomidorów /50g/, herbata owocowa/200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, serek waniliowy /5g/, gruszka /150g/, sok jabłkowy /200ml/

#### ŚRODA - 28.09.2022r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami ryżowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, kielbasa krakowska /20g/, twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką /60g/, pomidor /10g/, ogórek /10g/, miód /5g/ , dżem /5g/ , mięta /200ml/

Obiad – krupnik z ziemniakami /200ml/, spaghetti /160g/, surówka z kiszzonego ogórka /50g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – budyń /100g/, słomki kukurydziane /2szt./, jabłko /150g/, herbata owocowa /200ml/

---

### CZWARTEK - 29.09.2022r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z zacierkami /200ml/, pieczywo mieszane z masłem/70g/, ser żółty/20g/, szynka /20g/, ogórek /10g/, pomidor /10g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa pomidorowa z makaronem /200ml/ , kotlet z piersi z kurczaka w otrębach /70g/, ziemniaki/100g/, sałata ze śmietaną /75g/, lemoniada /200ml/

Podwieczorek – kisiel – wyrów własny/150g/, ciastko – miś lubiś /1 szt./, banan /150g/

### PIĄTEK – 30.09.2022r. /1,3,4,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z kaszą manną /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, polędwica sopocka /20g/, ser żółty /20g/, pomidor /10g/, ogórek /10g/, miód /5g/, dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad - zupa koperkowa z ryżem /200ml/, miruna smażona/100g/ , ziemniaki /150g/, surówka z kapusty kiszanej /50g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – ciasto drożdżowe /150g/, jabłko /150g/, kakao /150g/

## **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 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

---



**SMACZNEGO !!!!**

---