



JADŁOSPIS GRUDZIEŃ 2022R.

CZWARTEK - 01.12.2022r. /1,3,7,9/

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

Obiad – zupa jarzynowa z ziemniakami /200ml/, indyk w sosie śmietanowym /70g/, kasza gryczana /150g/, surówka z kolorowych warzyw /75g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – galaretką /150g/ ,biszkoty /50g/, banan /150g/, herbata owocowa /200ml/

PIĄTEK - 02.12.2022r. /1,3,4,7,9/

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

Obiad – zupa neapolitańska z makaronem /200ml/, hamburgery z miruny z pieca /100g/, ziemniaki/150g/, surówka z mieszanych warzyw /75g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – chałka z masłem /70g/, jabłko /1szt./, herbata owocowa /200ml/

PONIEDZIAŁEK - 05.12.2022r. /1,3,7,9/

Śniadanie- zupa mleczna z zacierkami /200ml/, pieczywo mieszane z masłem/70g/, ser żółty/20g/, szynka /20g/, ogórek /10g/,pomidor /10g/,papryka/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 – bułka orkiszowa z masłem /60g/,kiełbasa krakowska /20g/,gruszka /150g/, herbata owocowa /200ml/



WTOREK - 06.12.2022r. /1,3,7,9/ MIKOŁAJKI-DZIEŃ CZERWONY

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami ryżowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/,wędlina drobiowa /20g/, ser żółty /20g/, czerwone warzywa: pomidor /10g/, papryka /10g , dżem truskawkowy/5g/, herbata malinowa /200ml/

Obiad- zupa pomidorowa z gwiazdkami /200ml/, spaghetti /200g/, kompot z czerwonych owoców /200ml/

Podwieczorek – galaretka wiśniowa /150g/, świąteczne pierniczki /50g/, mus z czerwonych owoców /100g/, sok jednodniowy „Mikołajkowy” (jabłko, marchew, pomarańcza, wiśnia) /200ml/

ŚRODA - 07.12.2022r. /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 – zupa brokułowa z ziemniakami /200ml/, wieprzowina po węgiersku /200g/, kasza bulgur /100g/, marchew z groszkiem / 50 g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – budyń z musem truskawkowym /150g/, pałka kukurydziana /2szt./, jabłko /150g/, herbata owocowa /200ml/

CZWARTEK - 08.12. 2022r. /1,3,7,9/

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

Obiad – barszcz ukraiński /200ml/ , kotlet mielony /70g/, ziemniaki /100g/, sałata ze śmietaną /50g/, kompot/200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem/70g/, jajko/30g/. sałata/2g/, mandarynka /150g/, herbata owocowa/200ml

PIĄTEK - 09.12.2022r. /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/, papryka /10g/, 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 – bułka kwiatek z masłem /150g/, jabłko /150g/, herbata owocowa /200ml/

PONIEDZIAŁEK - 12.12.2022r. /1,3,7,9/

Śniadanie- zupa mleczna z zacierkami /200ml/, pieczywo mieszane z masłem/70g/, ser żółty/20g/, szynka /20g/, ogórek /10g/,pomidor /10g/,papryka/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 – 13.12.2022r. /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/, banan /1 szt./, sok jednodniowy „Pyłek” (jabłko, pomarańcza, cytryna, kurkuma) /200ml/

ŚRODA - 14.12.2022r. /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 – barszcz czerwony z ziemniakami /200ml/, kasza jęczmienna /150g/, indyk w sosie własnym /70g/, fasolka szparagowa /50g/, herbata owocowa/200ml/

Podwieczorek – chałka z masłem /70g/, jabłko /100g/, herbata owocowa /200ml/

CZWARTEK - 15.12.2022r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami ryżowymi /200ml/, Szwedzki stół - pieczywo mieszane z masłem /70g/, talerz wędlin: polędwica sopocka, kielbasa krakowska, wędlina drobiowa, szynka /50g/, ser żółty /20g/, talerz z warzywami: pomidor, ogórek, rzodkiewka, sałata, papryka /50g/, dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad – zupa jarzynowa z ziemniakami /200ml/, pierogi z mięsem /70g/, ogórek kiszony /75g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – drożdżówka /1szt./, mus owocowy /150g/, sok jabłkowy /200ml/

PIATEK - 16.12.2022r. /1,3,7,9/

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

Obiad – zupa ryżanka /200ml/, makaron świderki z białym serem /150g/, mus truskawkowy /50g, kompot /200ml/

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

PONIEDZIAŁEK - 19.12.2022r. /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/, papryka/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/, jabłko /150g/, herbata owocowa /200ml/

WTOREK - 20.12.2022r. /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/, papryka/10g/, miód /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

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

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



ŚRODA - 21.12.2022r. /1,3,4,7,9/ SMAKI BOŻEGO NARODZENIA

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami ryżowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, pasztet - wyrób własny /20g/, schab pieczony /20g/, pomidor /10g/, ogórek kiszony /10g/, miód /5g/, dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad – wigilijny barszcz czerwony /200ml/, ryba po grecku /70g/, ziemniaki /150g/, kompot z suszu/200ml/

Podwieczorek – piernik staropolski /100g/, pomarańcza /150g/, herbata zimowa /200ml/

CZWARTEK - 22.12.2022r. /1,3,7,9/

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

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

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

PIĄTEK – 23.12.2022r. /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/, papryka/10g/,miód /5g/, dżem /5g/, mięta /200ml/

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

Podwieczorek- bułka z masłem/70g/, dżem/5g/, jabłko /100g/, herbata owocowa/200ml/

WTOREK - 27.12.2022r. /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 grochowa z ziemniakami /200ml/, naleśniki z serem i śmietaną /160g/, jabłko tarte/50g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – bułka pszenna kwiatek z masłem /70g/, jabłko /150 g/, herbata malinowa /200ml/

ŚRODA - 28.12.2022r. /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/, gulasz wieprzowy /70g/, makaron świderki /150g/,surówka z buraków i ogórka kiszzonego /75g/, kompot /200ml/

Podwieczorek - bułka wrocławska z masłem /70g/, serek waniliowy /50g/, banan /150g/, sok jabłkowy /200ml/

CZWARTEK - 29.12.2022r. /1,3,7,9/

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

Obiad – zupa pieczarkowa z makaronem /200ml/, indyk w sosie śmietanowym /70g/, kasza gryczana /150g/, surówka z kolorowych warzyw /75g/, herbata owocowa /200ml/

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

PIĄTEK - 30.12.2022r. /1,3,4,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami owsianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynka konserwowa /20g/,pomidor /10g/, ogórek /10g/, papryka /10g/, 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 – chałka z masłem /70g/, jabłko /1szt./, 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 alergię 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 !!!!
