

## JADŁOSPIS LUTY 2023R.



### ŚRODA - 01.02.2023r. /1,3,7,9/ BIAŁY DZIEŃ

Śniadanie - zupa mleczna z kaszą manną /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką /60g/, szynka „biała” /20g/, biała rzodkiew /2g/, miód /5g/, herbata ziołowa/200ml/

Obiad – krem z białych warzyw z grzankami /200ml/, ryż /100g/, indyk w sosie śmietanowym /70g/, kalafior /50g/, lemoniada /200ml/

Podwieczorek - – bułka wrocławska z masłem /70g/, serek waniliowy /75g/, mleko /200ml/, banan /150g/

### CZWARTEK - 02.02. 2023r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami owsianymi /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/, serek waniliowy /20g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa brokułowa z ziemniakami /200ml/ , pulpety w sosie własnym /70g/, makaron świderki /100g/, sałata ze śmietaną /50g/, kompot /200ml/

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

### PIĄTEK - 03.02.2023r. /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 koperkowa z ryżem / 200ml/, miruna smażona /100g/, ziemniaki /150g/, surówka z buraków i kiszzonego ogórka /50g/, kompot /200ml/

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

### PONIEDZIAŁEK - 06.02.2023r. /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/,mus owocowy /150g/, herbata owocowa /200ml/

### WTOREK – 07.02.2023r. /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 jarzynowa 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 „Zaczarowany” (jabłko, pomarańcza, jarmuż, pietruszka, cytryna) /200ml/

### ŚRODA - 08.02.2023r. /1,3,7,9/ Menu wybrane przez dzieci z grupy V



Śniadanie - zupa mleczna z płatkami czekoladowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, Szwedzki stół - pieczywo mieszane z masłem /70g/, talerz wędlin: polędwica sopocka, kiełbasa krakowska, wędlina drobiowa, szynka /50g/, twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką /60g/, talerz z warzywami: pomidor , ogórek, rzodkiewka ,sałata, papryka /50g/, dżem /5g/, herbata owocowa /200ml/

Obiad- rosół /200ml/, makaron /50g/, spaghetti /160g/, surówka z kiszzonego ogórka /50g/, napój owocowy /200ml/

Podwieczorek – galaretką truskawkowa /150g/ , ciastko Miś Lubiś /1szt./ ,jabłko /150g/, sok jabłkowy i pomarańczowy /200ml/

### CZWARTEK - 09.02.2023r. /1,3,7,9/

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

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

Podwieczorek – bułka kwiatek z masłem /100g/, mandarynka /150g/, kawa z mlekiem /200ml/

### PIĄTEK - 10.02.2023r. /1,3,7,9/

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

Obiad – zupa kalafiorowa z ryżem /200ml/, miruna smażona/100g/ , ziemniaki /150g/, surówka z kapusty kiszzonej /50g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – babeczka śmietankowa /1szt./, jabłko /150g/, herbata owocowa /200ml/

### PONIEDZIAŁEK - 13.02.2023r. /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 - 14.02.2023r. /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 – barszcz czerwony z ziemniakami /200ml/, kasza gryczana /150g/, indyk w sosie własnym /70g/, surówka z marchewki z chrzanem /50g/, herbata owocowa/200ml/

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

### **ŚRODA - 15.02.2023r. /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/, ziemniaki /150g/, schab pieczony/70g/, buraki /50g/, kompot /200ml/

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



### **CZWARTEK - 16.02.2023r. /1,3,7,9/ TŁUSTY CZWARTEK**

Śniadanie - zupa mleczna z zacierkami /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/, serek waniliowy /20g/, 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/, pączek /1 szt./, jabłko /150g/

### **PIĄTEK – 17.02.2023r. /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 - krem z marchewki z grzankami /200ml/, makaron świderki z białym serem /150g/, mus truskawkowy /50g, kompot /200ml/

Podwieczorek – ciasto jogurtowe /150g/, mus owocowy /150g/, kawa z mlekiem /200ml/

### **PONIEDZIAŁEK - 20.02.2023r./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/, papryka/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 - 21.02.2023r. /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 pieczarkowa z makaronem /200ml/, ziemniaki /150g/, kotlet schabowy /150g/, buraki /50g/, herbata owocowa /200ml/

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

### **ŚRODA - 22.02.2023r. /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/, kopytka /150g/,surówka z kolorowych warzyw /75g/, kompot /200ml/

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

### **CZWARTEK - 23.02.2023r. /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 – barszcz ukraiński z ziemniakami /200ml/, indyk w sosie śmietanowym /70g/, kasza gryczana /150g/, mieszanka warzywna /75g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – galaretki /150g/ ,biskopki /50g/, banan /150g/, herbata owocowa /200ml/

### **PIATEK - 24.02.2023r. /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/, winogrona /150g/, herbata owocowa /200ml/

### **PONIEDZIAŁEK - 27.02.2023r./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/, kielbasa krakowska /20g/, pomarańcza /150g/, herbata owocowa /200ml/

### **WTOREK - 28.02.2023r. /1,3,7,9/**

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

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

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem/70g/, jajko /30g/, sałata /2g/, jabłko /150g/, sok jednodniowy „Kaprys” (jabłko, marchew, pomarańcza, burak) /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 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 !!!!***

---