

## JADŁOSPIS WRZESIEŃ 2023R.

### PIATEK – 01.09.2023r. /1,3,4,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z kaszą manną /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynka /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 /70g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – ciasto jogurtowe /150g/, mus owocowy /150g/, sok pomarańczowy /200ml/

### PONIEDZIAŁEK - 04.09.2023r./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 z ziemniakami /200ml/, kluski leniwe z serem /150g/ , surówka z marchwi i jabłka z jogurtem /70g/, kompot /200ml/

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

### WTOREK - 05.09.2023r. /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/, mięta /200ml/

Obiad – zupa pieczarkowa z makaronem /200ml/, kotlet mielony /150g/, ziemniaki /150g/, buraki /70g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – chałka z masłem /70g/, mus owocowy /150 g/, sok jabłkowy /200ml/

### ŚRODA - 06.09.2023r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, polędwica sopocka /20g/, twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką /40g/, 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 /70g/, kompot /200ml/

Podwieczorek - bułka wrocławska z masłem /70g/, serek waniliowy /50g/, brzoskwinia „Ufo” /150g/, herbata owocowa /200ml/

### CZWARTEK - 07.09.2023r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami ryżowymi /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 - krem z marchewki z grzankami /200ml/, indyk w sosie śmietanowym /70g/, kasza jęczmienna /100g/, surówka z kapusty pekińskiej /70g/, kompot /200ml/

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

---

### **PIĄTEK - 08.09.2023r. /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 /5g/, dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – zupa neapolitańska z makaronem /200ml/, miruna smażona /100g/, ziemniaki /150g/, marchewka mini /70g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – ciasto drożdżowe /150g/, śliwka /150g/, sok pomarańczowy /200ml/

### **PONIEDZIAŁEK - 11.09.2023r./1,3,7,9/**

Śniadanie- zupa mleczna z makaronem /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 /70g/, kielbasa krakowska /20g/, sałata /2g/, gruszka /150g/, herbata owocowa /200ml/

### **WTOREK - 12.09.2023r. /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 – barszcz ukraiński /200ml/, wieprzowina po węgiersku /150g/, kasza bulgur /100g/, marchew z groszkiem /70g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem/70g/, jajko /30g/, sałata /2g/, jabłko /150g/, sok jednodniowy „Marchewkowe pole” (jabłko, marchew, pietruszka, cytryna) /200ml/

### **ŚRODA - 13.09.2023r. /1,3,7,9/**

Śniadanie – zupa mleczna z kaszą manną /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, polędwica sopocka /20g/, twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką /40g/, ogórek /10g/, pomidor /10g/, miód /5g/, dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad – zupa jarzynowa z ziemniakami /200ml/, łazanki /150g/, surówka z ogórka kwaszonego /70g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – jagodzianka /1szt./, banan /150g/, herbata owocowa /200ml/

### **CZWARTEK - 14.09. 2023r. /1,3,7,9/**

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

Obiad – zupa kalafiorowa z ryżem /200ml/, klopsy w sosie własnym/70g/, ziemniaki /150g/, pomidory z cebulą /70g/, kompot /200ml/

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

---

### **PIĄTEK - 15.09.2023r. /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 kalafiorowa z ryżem / 200ml/, miruna smażona /100g/, ziemniaki /150g/, surówka z buraków i kiszzonego ogórka /50g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – ciasto marchewkowe /150g/, arbuz /150g/, sok pomarańczowy /200ml/

### **PONIEDZIAŁEK - 18.09.2023r. /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 z ziemniakami /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 – 19.09.2023r. /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/, mięta /200ml/

Obiad – krem brokułowy z grzankami /200ml/, pulpety w sosie własnym /70g/, makaron świderki /100g/, mix warzyw gotowanych /70g/, herbata owocowa /200ml/

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

### **ŚRODA - 20.09.2023r. /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 z makaronem /200ml/, schab pieczony/70g/, ziemniaki /150g/, sałata ze śmietaną /50g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – bułka orkiszowa z masłem /70g/, szynka konserwowa /20g/, ogórek /10g/,jabłko /150g/, sok pomarańczowy /200ml/

### **CZWARTEK - 21.09.2023r. /1,3,7,9/**

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami ryżowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, pasztet – wyrób własny /20g/, twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką /40g/, ogórek /10g/, pomidor /10g/, miód /5g/ , dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad – zupa pomidorowa z makaronem /200ml/ , kotlet z piersi z kurczaka w otrębach /70g/, ziemniaki/150g/, mizeria /70g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/,miód /5g/, śliwka /150g/, kakao /200ml/

---

### **PIĄTEK - 22.09.2023r. /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/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – krem z marchewki z grzankami /200ml/, makaron świderki z białym serem /150g/, mus truskawkowy /50g/, kompot /200ml/

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

### **PONIEDZIAŁEK - 25.09.2023r. /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 /20g/, jabłko /150g/, herbata owocowa /200ml/

### **WTOREK - 26.09.2023r. /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/, indyk w sosie własnym /70g/, kasza gryczana /100g/, brokuły /70g/, herbata owocowa/200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, serek waniliowy /50g/, gruszka /150g/, sok jednodniowy „Eliksir Elfów” (jabłko, gruszka, czerwona porzeczka) /200ml/

### **ŚRODA - 27.09.2023r. /1,3,7,9/**

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami ryżowymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, kiełbasa krakowska /20g/, twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką /40g/, pomidor /10g/, ogórek /10g/, miód /5g/ , dżem /5g/ , mięta /200ml/

Obiad – krupnik z ziemniakami /200ml/, spaghetti /160g/, surówka z kiszzonego ogórka /70g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – sernik na zimno /150g/, słomki kukurydziane /2szt./, śliwki /150g/, sok jabłkowy /200ml/

### **CZWARTEK - 28.09.2023r. /1,3,7,9/**

Śniadanie - zupa mleczna z makaronem /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, polędwica sopocka /20g/, twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką /40g/, ogórek /10g/, pomidor /10g/, miód /5g/ , dżem /5g/, herbata ziołowa /200ml/

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

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

---

## **PIĄTEK – 29.09.2023r. /1,3,4,7,9/**

Śniadanie - zupa mleczna z kaszą manną /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynka /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 /70g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – ciasto jogurtowe /150g/, mus owocowy /150g/, kakao /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 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 !!!!**

---