

JADŁOSPIS GRUDZIEŃ 2023R.



PIĄTEK - 01.12.2023r. /1,3,4,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /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 gwiazdki /200ml/, miruna smażona /100g/, ziemniaki /150g/, surówka z buraków i ogórka kiszzonego /70g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – jagodzianka /70g/, jabłko /150g/, sok pomarańczowy /200ml/

PONIEDZIAŁEK - 04.12.2023r./1,3,7,9/

Śniadanie- zupa mleczna z płatkami owsianymi /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 twarogowym i śmietaną /160g/, jabłko tarte/50g/, kompot truskawkowy/200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, wędlina drobiowa /20g/, sałata /2g/, mus owocowy /100g/, sok pomarańczowy /200ml/

WTOREK - 05.12.2023r. /1,3,7,9/

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

Obiad – zupa zacierkowa z ziemniakami /200ml/, kotlet mielony /70g/, ziemniaki /150g/, surówka z buraków /70g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – budyń/150g/, słomki kukurydziane /2 szt./, mus truskawkowy /100g/, sok jednodniowy „Mikołajkowy” (jabłko, marchew, pomarańcza, wiśnia) /200ml/



ŚRODA - 06.12.2023r. /1,3,7,9/ MIKOŁAJKI

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

Obiad – rosół drobiowo - wołowy z makaronem /200ml/, ziemniaki /150g/, schab pieczony /70g/, mizeria z jogurtem greckim /70g/, kompot truskawkowy /200ml/

Podwieczorek – sernik na zimno – wyrób własny /150g/, Mikołaj czekoladowy /1szt./ , pierniczki /50g/, jabłko /150g/, herbata owocowa/200ml

CZWARTEK - 07.12. 2023r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z zacierkami/200ml/, Szwedzki stół - pieczywo mieszane z masłem /70g/, półmisek wędlin: polędwica sopocka ,kielbasa krakowska, wędlina drobiowa,

szynka, pasztet-wyrób własny /50g/, ser żółty /20g/, półmisek warzywami: pomidor , ogórek, rzodkiewka ,sałata, papryka /50g/, serek waniliowy /20g/, herbata ziołowa /200ml/

Obiad – krem brokułowy z grzankami /200ml/, pulpety wieprzowe w sosie własnym /70g/, kasza bulgur /150g/, pomidory z cebulą /70g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem/70g/, serek „Piątuś” /100g/, szaron /150g/, sok jabłkowy /200ml/

PIĄTEK - 08.12.2023r. /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/, dorsz smażony /100g/, ziemniaki /150g/, marchew mini /70g/, kompot /200ml/

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

PONIEDZIAŁEK - 11.12.2023r. /1,3,7,9/

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

Obiad – barszcz biały z ziemniakami /200ml/, kluski leniwe /160g/, surówka z marchewki i jabłka z jogurtem greckim/50g/, kompot truskawkowy/200ml/

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

WTOREK – 12.12.2023r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, parówki /70g/, keczup /2g/, sałata /2g/ miód /5g/ , dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad – krupnik z ziemniakami /200ml/, spaghetti bolognese /150g/, ogórek kiszony /70g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, szynka /20g/, sałata /2g/, mus owocowy /100g/, sok jednodniowy „Eliksir Elfów” (jabłko, gruszka, czerwona porzeczka)/200ml/

ŚRODA - 13.12.2023r. /1,3,7,9/

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

Obiad- zupa pomidorowa z ryżem /200ml/, pierogi z mięsem /150g/, surówka z ogórka /70g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – kisiel – wyrów własny/150g/, biszkopty /50g/, banan /100g/

CZWARTEK - 14.12.2023r. /1,3,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z zacierkami /200ml/, Szwedzki stół - pieczywo mieszane z masłem /70g/, półmisek wędlin: polędwica sopocka ,kielbasa krakowska, wędlina drobiowa,

szynka /50g/, ser żółty /20g/, półmisek warzyw: pomidor , ogórek, rzodkiewka ,sałata, papryka /50g/, dżem /5g/, mięta /200ml/

Obiad – zupa kalafiorowa z ryżem /200ml/ , gulasz z indyka /70g/, kasza jęczmienna/150g/, brokuły /70g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /100g/, serek waniliowy w tubce /100g/,jabłko /150g/, herbata owocowa /200ml/

PIĄTEK - 15.12.2023r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami owsianymi /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 – krem marchewkowy z grzankami /200ml/, miruna smażona /100g/, ziemniaki /150g/, surówka z kapusty kiszanej /50g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, wędlina drobiowa /20g/, sałata /2g/,gruszka /150g/, sok pomarańczowy /200ml/

PONIEDZIAŁEK - 18.12.2023r. /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 wrocławska z masłem /70g/,szynka /20g/,ogórek /5g/, mus owocowy /100g/, sok jabłkowy /200ml/



WTOREK - 19.12.2023r. /1,3,7,9/ SMAKI WIGILIJNE

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

Obiad – wigilijny barszcz czerwony /200ml/, dorsz smażony /70g/, ziemniaki /100g/, kapusta z pieczarkami /70g/, sok pomarańczowy /200ml/

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

ŚRODA - 20.12.2023r. /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/ , mięta /200ml/

Obiad – zupa neapolitańska z makaronem gwiazdki /200ml/, kotlet drobiowy w otrębach /70g/, ziemniaki /100g/, surówka z warzyw mieszanych w sosie winegret /70g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, dżem /5g/, szaron /150g/, herbata owocowa /200ml/

CZWARTEK - 21.12.2023r. /1,3,7,9/

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

Obiad – krem z białych warzyw z grzankami /200ml/ , gulasz wieprzowy /70g/, kasza kuskus /100g/, surówka z kapusty pekińskiej, marchewki, brzoskwini z sosem jogurtowym /70g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, serek „Piątuś” /100g/, gruszka /150g/, herbata owocowa /200ml/

PIĄTEK – 22.12.2023r. /1,3,4,7,9/

Śniadanie - zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /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 pomidorowa z ryżem /200ml/, makaron z serem/150g/ , mus truskawkowy /100g/, herbata owocowa /200ml/

Podwieczorek – ciasto jogurtowe /150g/, jabłko /100g/, sok pomarańczowy /200ml/

ŚRODA - 27.12.2023r. /1,3,7,9/

Śniadanie – zupa mleczna z płatkami owsianymi /200ml/, pieczywo mieszane z masłem /70g/, szynka /20g/, ser żółty /40g/, pomidor /10g/,papryka /10g/, miód /5g/, dżem/5g/,herbata ziołowa/200ml

Obiad – zupa jarzynowa z ziemniakami /200ml/, naleśniki z jabłkiem duszonym /150g/, kompot /200ml/

Podwieczorek - bułka wrocławska z masłem /70g/, miód /5g/, mus owocowy /150g/, sok jabłkowy /200ml/

CZWARTEK - 28.12.2023r. /1,3,7,9/

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

Obiad – barszcz ukraiński /200ml/, łazanki /150g/, surówka z ogórka kiszzonego /70g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – bułka wrocławska z masłem /70g/, serek waniliowy w tubce /100g/, banan /150g/, herbata owocowa /200ml/

PIĄTEK - 29.12.2023r. /1,3,4,7,9/

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

Obiad – zupa pieczarkowa z makaronem gwiazdki /200ml/, miruna smażona /100g/, ziemniaki /150g/, surówka z buraków i ogórka kiszzonego /70g/, kompot /200ml/

Podwieczorek – jagodzianka /70g/, mus owocowy /150g/, sok pomarańczowy /200ml/

NA II ŚNIADANIE DO CHRUPANIA KALAREPA , MARCHEWKA, BIAŁA RZODKIEW , OWOC, MUS OWOCOWY, CHIPSY OWOCOWE, CHIPSY WARZYWNE

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
-



SMACZNEGO !!!!
