

01.09.2022 – czwartek

Śniadanie: Płatki pełnoziarniste kółeczka miodowe na mleku 250ml (1a, 1c, 3), kanapka z chleba pszennego z masłem z polędwicą sopocką bez dodatku E (105g mięsa na 100g produktu) 40g (1a, 2, 3, 6), kanapka z chleba razowego z masłem 40g (1a, 1b, 3), warzywa: pomidor, sałata zielona, herbata malinowa 250ml

Zupa: Szczawiowa z ziemniakami 300ml (2, 3)

II danie: Gulasz wieprzowy z szynki z warzywami: marchewka, seler, pietruszka 100g/50ml (1a, 2, 4), kasza jęczmienna 170g (1d), surówka bukiet warzyw 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

02.09.2022 – piątek

Śniadanie: ½ rogalia z masłem 40g (1a, 3, 4), kanapka z chleba żytniego ze słonecznikiem i serem podlaskim 40g (1b, 1c, 3), ½ jajka gotowanego 60g (4), miód, warzywa: ogórek, rzodkiewka, kakao 250ml (3, 10)

Zupa: Barszcz biały z jajkiem 300ml (1a, 2, 4)

II danie: Makaron mieszany: pełnoziarnisty i 100% durum pszenny z truskawkami na słodko 200g (1a, 1b, 4), sos jogurtowy 100ml

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

Alergeny:

- 1) zboże zawierające gluten: 1a) pszenica; 1b) żyto, 1c) owies, 1d) jęczmień
- 2) seler i produkty pochodne
- 3) białko mleka
- 4) jajko
- 5) ryba
- 6) gorczyca
- 7) orzeszki ziemne
- 8) skorupiaki i produkty pochodne
- 9) soja i produkty pochodne
- 10) orzechy tj. migdały, laskowca, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacjowe itd. oraz produkty pochodne
- 11) nasiona sezamu
- 12) dwutlenek siarki i siarczyny
- 13) łubin i produkty pochodne
- 14) mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis 05-09.09.2022

05.09.2022 – poniedziałek

Śniadaniem: Kanapka z chleba pszennego z masłem, szynka konserwowa bez E 40g (1a, 2, 3, 6, 9), kanapka z chleba żytniego ze słonecznikiem z masłem 30g (1b, 3), twarożek ze szczypiorkiem 60g (3), warzywa: pomidor, ogórek, herbata z cytryną i miodem 250ml

Zupa: Kalafiorowa na rosole 300ml (2)

II danie: Spaghetti bolognese ze świeżych pomidorów, warzyw: marchewka, pietruszka, seler, pora i bazylia 130g/50ml, makaron spaghetti mieszany: pełnoziarnisty i 100% durum pszenny 220g (1a, 1b, 4)

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

06.09.2022 – wtorek

Śniadanie: Parówka z fileta z kurczaka (93% mięsa z fileta z kurczaka) na ciepło 50g (3, 6, 9), ½ bułki pszennej z masłem 40g (1a, 3, 4), kanapka z chleba razowego z masłem i serem żółtym morskim 40g (1a, 1b, 3), warzywa: rzodkiewka, papryka, herbata żurawinowa 250ml

Zupa: Krem z białych warzyw: kalafior, por, seler, pietruszka, ziemniak z grzankami 300ml (1a, 2, 3, 4)

II danie: Filet drobiowy panierowany z pieca 100g (1a, 4), ziemniaki 170g, surówka z marchewki i jabłka 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

07.09.2022 – środa

Śniadanie: Jogurt naturalny z truskawkami 100ml (3), kanapka z chleba pszennego z masłem, kiełbasą żywiecką bez E 40g (118g mięsa wp na 100g) 40g (1a, 1b, 2, 3, 6, 9), kanapka z chleba graham z masłem 40g (1a, 3), dżem niskosłodzony, warzywa: ogórek, szczypiorek, herbata z aronii 250ml

Zupa: Krupnik z kaszą pęczak 300ml (1a, 2)

II danie: Pierogi ukraińskie z duszoną cebulą 4 szt. (1a, 3, 4), surówka colesław 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

08.09.2022 – czwartek

Śniadanie: Płatki kukurydziane na mleku 250ml (1a, 3), kanapka z chleba pszennego z masłem z polędwicą sopocką bez dodatku E (105g mięsa na 100g produktu) 40g (1a, 2, 3, 6), kanapka z chleba razowego z masłem 40g (1a, 1b, 3), warzywa: pomidor, sałata zielona, herbata malinowa 250ml

Zupa: Pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 300ml (1a, 2, 3, 4)

II danie: Udzik pieczony 100g, ryż mieszany: biały i brązowy z warzywami: marchewka, pietruszka, seler, por, zielony groszek, ciecierzycy 170g (2), surówka z marchewki i groszku 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

09.09.2022 – piątek

Śniadanie: ½ rogalia z masłem 40g (1a, 3, 4), kanapka z chleba żytniego ze słonecznikiem i serkiem śmietankowym 40g (1b, 1c, 3), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60g (3, 4), miód, warzywa: ogórek, rzodkiewka, kakao 250ml (3, 10)

Zupa: Barszcz czerwony 300ml (2)

II danie: Paluszki rybny (filet z dorsza) z pieca 100g (3, 5), ziemniaki 170g, surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

Alergeny:

- 1) zboże zawierające gluten: 1a) pszenica; 1b) żyto, 1c) owies, 1d) jęczmień
- 2) seler i produkty pochodne
- 3) białko mleka
- 4) jajko
- 5) ryba
- 6) gorczyca
- 7) orzeszki ziemne
- 8) skorupiaki i produkty pochodne
- 9) soja i produkty pochodne
- 10) orzechy tj. migdały, laskowe, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacjowe itd. oraz produkty pochodne
- 11) nasiona sezamu
- 12) dwutlenek siarki i siarczyny
- 13) łubin i produkty pochodne
- 14) mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis 12-16.09.2022

12.09.2022 – poniedziałek

Śniadaniem: Kanapka z chleba pszennego z masłem, szynka konserwowa bez E 40g (1a, 2, 3, 6, 9), kanapka z chleba żytniego ze słonecznikiem z masłem 30g (1b, 3), serek wiejski grani 60g (3), warzywa: pomidor, ogórek, herbata z cytryną i miodem 250ml

Zupa: Jesienna na rosole 300ml (2)

II danie: Gulasz wieprzowy z szynki z warzywami: marchewka, seler, pietruszka 100g (1a, 2, 4), kasza gryczana 170g, surówka z białej kapusty i koperku 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

13.09.2022 – wtorek

Śniadaniem: Parówka z fileta z kurczaka (93% mięsa z fileta z kurczaka) na ciepło 50g (3, 6, 9) ½ bułki pszennej z masłem 40g (1a, 3, 4), kanapka z chleba razowego z masłem i serem żółtym gouda 40g (1a, 1b, 3), warzywa: rzodkiewka, papryka, herbata żurawinowa 250ml

Zupa: Ogórkowa z ziemniakami 300ml (2)

II danie: Kotlet pożarski drobiowy z pieca 100g (1a, 4), ziemniaki 170g, surówka z marchewki i pora 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

14.09.2022 – środa

Śniadanie: Jogurt naturalny z borówkami (3), kanapka z chleba pszennego z masłem, kiełbasą żywiecką bez E 40g (118g mięsa wp na 100g) 40g (1a, 1b, 2, 3, 6, 9), kanapka z chleba graham z masłem 40g (1a, 3), dżem niskosłodzony, warzywa: ogórek, szczypiorek, herbata z aronii 250ml

Zupa: Żurek z jajkiem i kiełbasą 300ml (1a, 1b, 2, 4)

II danie: Makaron mieszany: pełnoziarnisty i 100% durum pszenny z białym serem na słodko 200g (1a, 1b, 4), jogurt naturalny grecki 100ml

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

15.09.2022 – czwartek

Śniadanie: Płatki pełnoziarniste kółeczka miodowe na mleku 250ml (1a, 1c, 3), kanapka z chleba pszennego z masłem z polędwicą sopocką bez dodatku E (105g mięsa na 100g produktu) 40g (1a, 2, 3, 6), kanapka z chleba razowego z masłem 40g (1a, 1b, 3), warzywa: pomidor, sałata zielona, herbata malinowa 250ml

Zupa: Rosół z makaronem, marchewką, pietruszką i lubczykiem 300ml (1a, 2, 4)

II danie: Nuggetsy z fileta z kurczaka z pieca 100g (1a, 4), ziemniaki 170g, surówka z mini marchewki 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

16.09.2022 – piątek

Śniadanie: ½ rogalia z masłem 40g (1a, 3, 4), kanapka z chleba żytniego ze słonecznikiem i serem podlaskim 40g (1b, 1c, 3), ½ jajka gotowanego 60g (4), miód, warzywa: ogórek, rzodkiewka, kakao 250ml (3, 10)

Zupa: Wiejska na rosole z rybą 300ml (2, 5)

II danie: Naleśnik z białym serem na słodko 2 szt. (1a, 3, 4), jogurt naturalny 80ml (3), naleśnik z dżemem 1 szt. (1a, 3, 4)

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

Alergeny:

- 1) zboże zawierające gluten: 1a) pszenica; 1b) żyto, 1c) owies, 1d) jęczmień
- 2) seler i produkty pochodne
- 3) białko mleka
- 4) jajko
- 5) ryba
- 6) gorczyca
- 7) orzeszki ziemne
- 8) skorupiaki i produkty pochodne
- 9) soja i produkty pochodne
- 10) orzechy tj. migdały, laskowe, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacjowe itd. oraz produkty pochodne
- 11) nasiona sezamu
- 12) dwutlenek siarki i siarczyny
- 13) łubin i produkty pochodne
- 14) mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis 19-23.09.2022

19.09.2022 – poniedziałek

Śniadaniem: Kanapka z chleba pszennego z masłem, szynka konserwowa bez E 40g (1a, 2, 3, 6, 9), kanapka z chleba żytniego ze słonecznikiem z masłem 30g (1b, 3), twarożek ze szczypiorkiem 60g (3), warzywa: pomidor, ogórek, herbata z cytryną i miodem 250ml

Zupa: Jarzynowa na rosole 300ml (2)

II danie: Spaghetti bolognese ze świeżych pomidorów, warzyw: marchewka, pietruszka, seler, pora i bazylia 130g/50ml, makaron spaghetti mieszany: pełnoziarnisty i 100% durum pszenny 220g (1a, 1b, 4)

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

20.09.2022 – wtorek

Śniadanie: Parówka z fileta z kurczaka (93% mięsa z fileta z kurczaka) na ciepło 50g (3, 6, 9), ½ bułki pszennej z masłem 40g (1a, 3, 4), kanapka z chleba razowego z masłem i serem żółtym morskim 40g (1a, 1b, 3), warzywa: rzodkiewka, papryka, herbata żurawinowa 250ml

Zupa: Pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 300ml (1a, 2, 3, 4)

II danie: Kotlet a'la KFC w panierce z płatków kukurydzianych z pieca 100g (1a, 4), ziemniaki 170g, surówka z marchewki i ananasa 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

21.09.2022 – środa

Śniadanie: Jogurt naturalny z truskawkami 100ml (3), kanapka z chleba pszennego z masłem, kielbasą żywiecką bez E 40g (118g mięsa wp na 100g) 40g (1a, 1b, 2, 3, 6, 9), kanapka z chleba graham z masłem 40g (1a, 3), dżem niskosłodzony, warzywa: ogórek, szczypiorek, herbata z aronii 250ml

Zupa: Fasolowa z ziemniakami 300ml (2)

II danie: Pierogi z białym serem na słodko 4 szt. (1a, 3, 4), jogurt naturalny grecki 100ml

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

22.09.2022 – czwartek

Śniadanie: Płatki kukurydziane na mleku 250ml (1a, 3), kanapka z chleba pszennego z masłem z polędwicą sopocką bez dodatku E (105g mięsa na 100g produktu) 40g (1a, 2, 3, 6), kanapka z chleba razowego z masłem 40g (1a, 1b, 3), warzywa: pomidor, sałata zielona, herbata malinowa 250ml

Zupa: Krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (1d, 2)

II danie: Klopsik drobiowy w sosie pomidorowym 100g/50ml (1a, 4), ryż mieszany: biały i brązowy z warzywami: marchewka, pietruszka, seler, por, zielony groszek, ciecierzycza 170g (2), surówka z buraczków 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

23.09.2022 – piątek

Śniadanie: ½ rogała 40g (1a, 4), kanapka z chleba żytniego ze słonecznikiem i serkiem śmietankowym 40g (1b, 1c, 3), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60g (3, 4), miód, warzywa: ogórek, rzodkiewka, kakao 250ml (3, 10)

Zupa: Krem z czerwonych warzyw: soczewicy, marchewki, pomidora z grzankami 300ml (1a, 2, 3, 4)

II danie: Paluszki rybny (filet z dorsza) z pieca 100g (3, 5), ziemniaki 170g, surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

Alergeny:

- 1) zboże zawierające gluten: 1a) pszenica; 1b) żyto, 1c) owies, 1d) jęczmień
- 2) seler i produkty pochodne
- 3) białko mleka
- 4) jajko
- 5) ryba
- 6) gorczyca
- 7) orzeszki ziemne
- 8) skorupiaki i produkty pochodne
- 9) soja i produkty pochodne
- 10) orzechy tj. migdały, laskowe, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacjowe itd. oraz produkty pochodne
- 11) nasiona sezamu
- 12) dwutlenek siarki i siarczyny
- 13) łubin i produkty pochodne
- 14) mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis 26-30.09.2022

26.09.2022 – poniedziałek

Śniadaniem: Kanapka z chleba pszennego z masłem, szynka konserwowa bez E 40g (1a, 2, 3, 6, 9), kanapka z chleba żytniego ze słonecznikiem z masłem 30g (1b, 3), serek wiejski grani 60g (3), warzywa: pomidor, ogórek, herbata z cytryną i miodem 250ml

Zupa: Kapuśniak ze słodkiej kapusty na rosole 300ml (2)

II danie: Gulasz drobiowy (mięso z kurczaka 60% i mięso z indyka 40%) z warzywami: marchewka, seler, pietruszka, groszek zielony 100g (1a, 2, 4), kasza jęczmienna 170g (1d), surówka z bukietu warzyw 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

27.09.2022 – wtorek

Śniadaniem: Parówka z fileta z kurczaka (93% mięsa z fileta z kurczaka) na ciepło 50g (3, 6, 9½ bułki pszennej z masłem 40g (1a, 3, 4), kanapka z chleba razowego z masłem i serem żółtym gouda 40g (1a, 1b, 3), warzywa: rzodkiewka, papryka, herbata żurawinowa 250ml

Zupa: Ogórkowa z ziemniakami 300ml (2)

II danie: Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 100g/50ml (1a, 3), ziemniaki 170g, surówka z białej kapusty i koperku 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

28.09.2022 – środa

Śniadanie: Jogurt naturalny z maliną (3), kanapka z chleba pszennego z masłem, kielbasą żywiecką bez E 40g (118g mięsa wp na 100g) 40g (1a, 1b, 2, 3, 6, 9), kanapka z chleba graham z masłem 40g (1a, 3), dżem niskosłodzony, warzywa: ogórek, szczypiorek, herbata z aronii 250ml

Zupa: Barszcz ukraiński z fasolą jaś 300ml (2)

II danie: Filet panierowany z kurczaka z pieca 100g (1a, 4), ryż mieszany: biały i brązowy z warzywami: marchewka, pietruszka, seler, por, zielony groszek, ciecierzycza 170g (2), surówka z marchewki i jabłka 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

29.09.2022 – czwartek

Śniadanie: Płatki pełnoziarniste kuleczki czekoladowe na mleku 250ml (1a, 3, 10), kanapka z chleba pszennego z masłem z polędwicą sopocką bez dodatku E (105g mięsa na 100g produktu) 40g (1a, 2, 3, 6), kanapka z chleba razowego z masłem 40g (1a, 1b, 3), warzywa: pomidor, sałata zielona, herbata malinowa 250ml

Zupa: Rosół z makaronem, marchewką, pietruszką i lubczykiem 300ml (1a, 2, 4)

II danie: Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100g (1a, 4), ziemniaki 170g, surówka z buraczków 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

30.09.2022 – piątek

Śniadanie: ½ rogalia z masłem 40g (1a, 3, 4), kanapka z chleba żytniego ze słonecznikiem i serem podlaskim 40g (1b, 1c, 3), ½ jajka gotowanego 60g (4), miód, warzywa: ogórek, rzodkiewka, kakao 250ml (3, 10)

Zupa: Wiejska z rybą i dodatkiem kaszy jaglanej 300ml (2, 5)

II danie: Makaron mieszany: pełnoziarnisty i 100% durum pszenny z truskawkami na słodko 200g (1a, 1b, 4), sos jogurtowy 100ml

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

Alergeny:

- 1) zboże zawierające gluten: 1a) pszenica; 1b) żyto, 1c) owies, 1d) jęczmień
- 2) seler i produkty pochodne
- 3) białko mleka
- 4) jajko
- 5) ryba
- 6) gorczyca
- 7) orzeszki ziemne
- 8) skorupiaki i produkty pochodne
- 9) soja i produkty pochodne
- 10) orzechy tj. migdały, laskowe, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacjowe itd. oraz produkty pochodne
- 11) nasiona sezamu
- 12) dwutlenek siarki i siarczyny
- 13) łubin i produkty pochodne
- 14) mięczaki i produkty pochodne