

Jadłospis 01-30.09.2020

01.09.2020 – wtorek

Śniadanie: Kanapka z sałatą zieloną i serem żółtym morskim (3), kanapka z szynką złocistą drobiową (1a, 2, 3, 6, 9), herbata owocowa

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

II danie: Klopsik wieprzowy w sosie pieczeniowym 100g/50ml (1a, 3, 4), ziemniaki 170g, surówka z białej kapusty i koperku 80g (3)

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

02.09.2020 – środa

Śniadanie: Kanapka z szynką złocistą drobiową (1a, 2, 3, 6, 9), kanapka z twarożkiem (3) i pomidorem, herbata z cytryną

Zupa: Ogórkowa 300ml (2, 3)

II danie: Kurczak w warzywach 100g (1a, 2, 3), ryż biały 170g, surówka z marchewki i jabłka 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

03.09.2020 – czwartek

Śniadanie: Płatki śniadaniowe na mleku 250ml (3), marchewka

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

II danie: Gulasz wieprzowy z warzywami 100g/50ml (2), kasza gryczana 170g, surówka z buraczków i cebuli 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

04.09.2020 – piątek

Śniadanie: Kanapka z sałatą zieloną szynką złocistą drobiową (1a, 2, 3, 6, 9), 1/2 bułki z dżemem niskosłodzonym, herbata z cytryną

Zupa: Żurek z jajkiem 300ml (1a,1b, 2, 3, 4)

II danie: Makaron kokardki z truskawkami na słodko 230g (1a, 3, 4), sos jogurtowy 80ml (3)

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

07.09.2020 – poniedziałek

Śniadanie: Kanapka z szynką konserwową (1a, 2, 3, 6, 9) i ogórkiem, kanapka z dżemem niskosłodzonym, herbata z cytryną

Zupa: Jarzynowa na rosole 300ml (2)

II danie: Spaghetti bolognese ze świeżych pomidorów, warzyw z bazylią 130g/50ml, makaron spaghetti 220g (1a, 4)

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

08.09.2020 – wtorek

Śniadanie: Parówka na ciepło 1 szt., kanapka z sałatą zieloną i serem żółtym morskim (3), herbata owocowa

Zupa: Szczawiowa z jajkiem 300ml (1a, 2, 3, 4)

II danie: Złocista pierś panierowana z pieca 100g (1a, 4), ziemniaki 170g, surówka z marchewki na słodko 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

09.09.2020 – środa

Śniadanie: Kanapka z szynką złocistą drobiową (1a, 2, 3, 6, 9), kanapka z twarogiem (3) i pomidorem, herbata z cytryną

Zupa: Barszcz ukraiński 300ml (2, 3)

II danie: Pierogi ruskie z cebulą duszoną 4 szt. (1a, 3, 4)

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

10.09.2020 – czwartek

Śniadanie: Płatki śniadaniowe na mleku 250ml (3), marchewka

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

II danie: Udzik pieczony 100g, ryż z warzywami 170g (2), surówka z białej kapusty i koperku 80g (3)

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

11.09.2020 – piątek

Śniadanie: Kanapka z sałatą zieloną szynką złocistą drobiową (1a, 2, 3, 6, 9), 1/2 bułki z dżemem niskosłodzonym, herbata z cytryną

Zupa: Segedyńska z papryką, pomidorem i rybą 300ml (2, 5)

II danie: Naleśnik z białym serem na słodko 1 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

14.09.2020 – poniedziałek

Śniadanie: Kanapka z szynką konserwową (1a, 2, 3, 6, 9) i ogórkiem, kanapka z dżemem niskosłodzonym, herbata z cytryną

Zupa: Kalafiorowa na rosole 300ml (2)

II danie: Gulasz drobiowy z warzywami 100g/50ml (2), kasza jęczmienna 170g (1d), surówka z bukietu warzyw: brokuł, kalafior 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

15.09.2020 – wtorek

Śniadanie: Parówka na ciepło 1 szt., kanapka z sałatą zieloną i serem żółtym morskim (3), herbata owocowa

Zupa: Pieczarkowa 300ml (2, 3)

II danie: Tradycyjny kotlet schabowy z pieca 100g (1a, 4), ziemniaki 170g, surówka z buraczków i cebuli 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

16.09.2020 – środa

Śniadanie: Kanapka z szynką złocistą drobiową (1a, 2, 3, 6, 9), kanapka z twarogiem (3) i pomidorem, herbata z cytryną

Zupa: Krupnik z kaszy pęczak 300ml (1d, 2)

II danie: Kotlet drobiowy pożarski z pieca w sosie koperkowym 100g/50ml (1a, 4), ryż z warzywami 170g (2), surówka z marchewki i ananasa 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

17.09.2020 – czwartek

Śniadanie: Płatki śniadaniowe na mleku 250ml (3), marchewka

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

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

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

18.09.2020 – piątek

Śniadanie: Kanapka z sałatą zieloną szynką złocistą drobiową (1a, 2, 3, 6, 9), 1/2 bułki z dżemem niskosłodzonym, herbata z cytryną

Zupa: Biały barszcz z jajkiem 300ml (1a, 2, 3, 4)

II danie: Paluszki rybne z pieca 4 szt. (1a, 4, 5), ziemniaki 170g, surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

21.09.2020 – poniedziałek

Śniadanie: Kanapka z szynką konserwową (1a, 2, 3, 6, 9) i ogórkiem, kanapka z dżemem niskosłodzonym, herbata z cytryną

Zupa: Brokułowa 300ml (2, 3)

II danie: Spaghetti carbonara z kurczakiem i warzywami 130g/50ml (3), makaron penne 220g (1a, 4)

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

22.09.2020 – wtorek

Śniadanie: Parówka na ciepło 1 szt., kanapka z sałatą zieloną i serem żółtym morskim (3), herbata owocowa

Zupa: Ogórkowa 300ml (2, 3)

II danie: Schab pieczony w sosie własnym 100g (1a, 3), ziemniaki 170g, surówka z marchewki i pora 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

23.09.2020 – środa

Śniadanie: Kanapka z szynką złocistą drobiową (1a, 2, 3, 6, 9), kanapka z twarogiem (3) i pomidorem, herbata z cytryną

Zupa: Barszcz czerwony 300ml (2, 3)

II danie: Filet z kurczaka w panierce z płatków kukurydzianych a'la KFC z piecem 100g, ryż z warzywami 170g (2), surówka z marchewki i groszku 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

24.09.2020 – czwartek

Śniadanie: Płatki śniadaniowe na mleku 250ml (3), marchewka

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

II danie: Gołąbek bez zawijania w sosie pomidorowym 100g/50ml (1a, 4), ziemniaki 170g, surówka z białej kapusty i koperku 80g (3)

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

25.09.2020 – piątek

Śniadanie: Kanapka z sałatą zieloną szynką złocistą drobiową (1a, 2, 3, 6, 9), 1/2 bułki z dżemem niskosłodzonym, herbata z cytryną

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

II danie: Pierogi leniwe na słodko 230g (1a, 3, 4), jogurt naturalny 80ml (3)

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

28.09.2020 – poniedziałek

Śniadanie: Kanapka z szynką konserwową (1a, 2, 3, 6, 9) i ogórkiem, kanapka z dżemem niskosłodzonym, herbata z cytryną

Zupa: Wiosenna na rosole z kaszą kuskus 300ml (1a, 2)

II danie: Spaghetti bolognese ze świeżych pomidorów, warzyw z bazylią 130g/50ml, makaron spaghetti 220g (1a, 4)

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

29.09.2020 – wtorek

Śniadanie: Parówka na ciepło 1 szt., kanapka z sałatą zieloną i serem żółtym morskim (3), herbata owocowa

Zupa: Krupnik z kaszy jęczmiennej 300ml (1a, 2)

II danie: Nuggetsy z piersi kurczaka z pieca 100g (1a, 4), ryż z warzywami 170g (2), surówka z marchewki i jabłka 80g

Napój: Kompot z owoców 160ml

Podwieczorek: Warzywo lub owoc sezonowy

30.09.2020 – środa

Śniadanie: Kanapka z szynką złocistą drobiową (1a, 2, 3, 6, 9), kanapka z twarożkiem (3) i pomidorem, herbata z cytryną

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

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