

JADŁOSPIS OGÓLNY 20.11.2023 – 01.12.2023

Poniedziałek 20.11.2023:

Śniadanie: Pieczywo pszenne(*1), masło(*7), ser żółty(*7), ogórek świeży, herbata owocowa(malinowa, truskawkowa lub z dzikiej róży, każdego dnia w zależności od dostępności)

Obiad: Zupa pomidorowa zabieleną śmietaną(*1,7,9,10), indyk w sosie marchewkowym z mleczkiem kokosowym i warzywami(*1,9,10), makaron fusilli(*1), kompot owocowy(wielooowocowy bądź truskawkowy w zależności od dostępności)

Podwieczorek: Naturalny kisiel owocowy, domowy wafel z masą kakaową(*1,7), kompot owocowy

Wtorek 21.11.2023:

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami zbożowymi(*1,7) bułka kajzerka z masłem(*1,7), masło(*7), wędlina drobiowa(*1,9,10), szczypiorek, herbata owocowa

Obiad: Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną(*1,7,9,10), gołąbek białoruski bez zawijania w sosie pomidorowym(*1,3,9,10), kasza jęczmienna, surówka z marchewki i jabłka, kompot owocowy

Podwieczorek: Chałka drożdżowa z masłem - niskosłodzona(*1,3,7), porcja owocu, kompot owocowy

Środa 22.11.2023:

Śniadanie: Chleb pszenny(*1), masło(*7), szynka z indyka(*1,9,10), pomidor, herbata owocowa

Obiad: Zupa żurek kielbasą zabieleną śmietaną(*1,7,9,10), serniczki z sera białego i polewą z jogurtu owocowego(#)(*1,3,7), kompot owocowy

Podwieczorek: Ciasto dyniowe z mąką orkiszową - niskosłodzone(*1,3), 100% sok owocowy

Czwartek 23.11.2023:

Śniadanie: Ciemne pieczywo(*1), masło(*7), krakowska parzona(*1,9,10), papryka, herbata owocowa, naturalna maślanka owocowa(*1,7)

Obiad: Zupa rosół z makaronem(*1,9,10), stripsy z piersi z kurczaka(*1,3), ziemniaki, surówka z gotowanych buraków, kompot owocowy

Podwieczorek: Pieczona babka ziemniaczana z kaszą manną i sosem własnym(*1,3), ogórki kiszony, kompot owocowy

Piątek: 24.11.2023:

Śniadanie: Bułka tradycyjna z masłem(*1,7), pasta jajeczna(*1), szczypiorek, kawa inka z mlekiem(*1,7)

Obiad: Barszcz czerwony zabieleny śmietaną(*1,7,9,10), filet rybny z miruny w cieście(*1,3,4), ziemniaki, surówka białej kapusty z jabłkiem i marchewką, kompot owocowy

Podwieczorek: Muffinka szpinakowa z mąką z amarantusa i siemieniem lnianym(*1,3), porcja owocu, kompot owocowy

Poniedziałek 27.11.2023:

Śniadanie: Pieczywo pszenne(*1), masło(*7), polędwica drobiowa(*1,9,10), ogórek świeży, kakao z mlekiem(*1,7)

Obiad: Zupa dyniowa z ryżem zabieleną mlekiem(*1,7,9,10), gulasz wieprzowy ze schabu w sosie własnym(*1,9,10), kasza pęczak(*1), surówka coleslaw, kompot owocowy

Podwieczorek: Mleczna bułeczka z mąką jaglaną(*1,3,7), porcja owocu, kompot owocowy

Wtorek 28.11.2023:

Śniadanie: Bułka kajzerka(*1), masło(*1), polędwica wieprzowa(*1,9,10), pomidor, jogurt owocowy(*1,7)

Obiad: Zupa ogórkowa z zacierką zabieleną śmietaną(*1,7,9,10), kotlet pożarski z sosem warzywnym(*1,3), ziemniaki, gotowana marchewka z groszkiem, kompot owocowy

Podwieczorek: Ciasteczka owsiane z sezamem - niskosłodzone(*1,3), porcja owocu, kompot owocowy

Środa 29.11.2023:

Śniadanie: Bułka grahamka(*1), masło(*7), polędwica wieprzowa(*1,6,9,10), pomidor, herbata owocowa

Obiad: Barszcz ukraiński zabieleny śmietaną(*1,7,9,10), pierogi z serem białym i polewą śmietanową(*1,3,7), kompot owocowy

Podwieczorek: Domowa mini pizza z sosem pomidorowym, wędliną wieprzową i serem żółtym, warzywa(*1,7), marchewka do chrupania, kompot owocowy

Czwartek 30.11.2023:

Śniadanie: Pieczywo pszenne(*1), masło(*7), papryka, wędlina krakowska parzona(*1,9,10), kawa zbożowa z mlekiem(*1,6,7,9,10)

Obiad: Zupa jarzynowa zabieleną śmietaną(*1,7,9,10), farfalle z sosem bolognese i mięsem wieprzowym(*1), kompot owocowy

Podwieczorek: Gofry z mąką kokosową niskosłodzone(*1,3), porcja owocu, kompot owocowy

Piątek 01.12.2023:

Śniadanie: Zupa mleczna z makaronowymi zwierzątkami(*1,7), bułka tradycyjna(*1), masło(*7), szynka z indyka(*1,9,10), ogórek świeży, herbata owocowa

Obiad: Zupa krupnik(*1,9,10), pieczony filet rybny w mące kukurydzianej(*1,3,4), ziemniaki, surówka wielowarzywna, kompot owocowy

Podwieczorek: Cynamonka z nasionami chia i mąką z ciecierzycy - niskosłodzona(*1,3), sok marchwiowy(*1)

*** Alergeny występujące lub mogące występować w poszczególnych daniach bądź składnikach dań.**

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, o-rkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne, z wyjątkiem:

a) syropów glukozowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę (1);

b) maltodekstryn na bazie pszenicy (1);

c) syropów glukozowych na bazie jęczmienia;

d) zbóż wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;

2. Skorupiaki i produkty pochodne;

3. Jaja i produkty pochodne;

4. Ryby i produkty pochodne, z wyjątkiem:

a) żelatyny rybnej stosowanej jako nośnik preparatów zawierających witaminy lub karotenoidy;

b) żelatyny rybnej lub karuku stosowanych jako środki klarujące do piwa i wina;

5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;

6. Soja i produkty pochodne, z wyjątkiem:

a) całkowicie rafinowanego oleju i tłuszczu sojowego (1);

b) mieszaniny naturalnych tokoferoli (E306), naturalnego D-alfa-tokoferolu, naturalnego octanu D-alfa-tokoferolu, naturalnego bursztynianu D-alfa-tokoferolu pochodzenia sojowego;

c) fitosteroli i estrów fitosteroli otrzymanych z olejów roślinnych pochodzenia sojowego;

d) estru stanolu roślinnego produkowanego ze steroli olejów roślinnych pochodzenia sojowego;

7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), z wyjątkiem:

a) serwatki wykorzystywanej do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego,

b) laktitolu;

8. Orzechy, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;

9. Seler i produkty pochodne;

10. Gorczyca i produkty pochodne;

11. Nasiona sezamu i produkty pochodne;

12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr 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.

- danie smażone