Jadłospis

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **DATA** | **ŚNIADANIE** | **ZUPA** | **DRUGIE DANIE** | **DODATEK** | **NAPÓJ** | **PODWIECZOREK** |
| **PONIEDZIAŁEK**  **25.03.2024** | Chleb z masłem, wędlina,  ser żółty, pomidor, szczypior, sałata ok.80g, owoc ok.100g  Kawa inka z mlekiem 3,2% ok.150ml | **Fasolowa**  ( marchew, seler, cebula, por, zielona pietruszka, fasola sucha, ziemniaki, przyprawy)  ok.200/300ml **(1,7,9)** | **Rizotto z mięsem i warzywami**  ( karczek, cebula, kapusta biała, marchew, seler, ryż, przyprawy) ok.150/220g  Sos  Pomidorowy (koncentrat pomidorowy, masło, mąka pszenna) ok.75ml **(1,3,9)** | **Ogórek kiszony** ok.50/60g  Sz.-owoc ok.100g **(1,7,9)** | **Soczek Kubuś**  ok.150 ml | Chleb z masłem, pasta jajeczna, szczypior, ogórek zielony ok.80g  kakao naturalne na mleku 3,2% ok.150ml  **(1,3,7)** |
| **WTOREK**  **26.03.2024** | Zupa mleczna z lanym ciastem ok.200ml, chleb orkiszowy, masło, wędlina, rzodkiewka, szczypior ok.80g, owoc ok.100g herbata miętowa  ok.150 ml. **(1,3,7)** | **Krupnik wiosenny**  (marchew, seler, cebula, kasza jęczmienna, zielona pietruszka, przyprawy)  ok.200/300ml **(1,7,9)** | **Klops gotowany w sosie koperkowym** ( szynka kulka, cebula, jajka, mąka pszenna, bułka graham, zielony koper, przyprawy)  ok. 65/90g sos ok.75ml ziemniaki z masłem ok.150/195g  **(1,3,7)** | **Surówka z kapusty włoskiej** (kapusta włoska, marchewka, kukurydza, por, jabłko, przyprawy) ok.80/95g **(1,7,9)** | **Kompot wieloowocowy**  ok.150/200 ml | Bułka z masłem, ser biały waniliowy, kiwi ok. 80g  mleko 3,2% ok.150ml  **(1,3,7)** |
| **ŚRODA**  **27.03.2024** | Chleb, masło, dżem, wędlina, ogórek zielony, szczypior,  sałata, ok.80g,  marchewka ok.80g  herbata z mlekiem ok.150ml  **(1,3,7)** | **Barszcz czerwony**  (marchew, seler, cebula, buraki, ziemniaki, por, zielona pietruszka przyprawy) ok.200/300ml **(1,7,9,10)** | **Łazanki z mięsem i kapustą kiszoną** (kapusta kiszona, makaron, marchew, seler, karczek, kiełbasa) ok.210/250g **(1,3,7,9)** | **owoc (1,7,9)** | **Kompot truskawkowy**  ok. 150/200ml | Kasza manna na mleku ok.125g mus owocowy ok.50g  . (1,3,7) |
| **CZWARTEK 28.03.2024** | Zupa mleczna z płatkami ryżowymi ok.200ml,  chleb orkiszowy z masłem, wędlina, pomidor, szczypior,  ok.80g owoc ok.100g herbata owocowa ok.150ml  **(1,3,7,9)** | **Brokułowa** (marchew, seler, brokuł, jogurt naturalny, por, zielona pietruszka , koper  ziemniaki) ok.200/300ml **(1,7,9,10)** | **Ryba pieczona** ok.80/95g  ziemniaki z masłem ok.150/195g (1,3,4) | **Sałatka z buraczków** (buraki, cebula, przyprawy)ok.80/95g  **(7,9)** | **Herbata z miodem i cytryną** ok.150/200ml **(1)** | Placek drożdżowy z owocami  ok.70g  mleko 3,2% ok.150ml  **(1,3,7)** |
| **PIĄTEK**  **29.03.2024** | Pieczywo graham, masło, wędlina, ser żółty, papryka, szczypior ok.80g,  herbata z cytryną ok.150ml. owoc ok.100g  **(1,3,7)** | **Ziemniaczana**  ( marchew, seler, cebula, ziemniaki, przyprawy, zielona pietruszka )  ok.200/300ml. **(1,7,9)** | **Naleśniki z dżemem** (mleko, jajka, mąka pszenna, olej, dżem) **(1,3,7)** | **Mus owocowy** ok.50/65g  **(1,7)** | **Kisiel do picia** ok.150/200ml **(1)** | Chleb z masłem, pasta rybna, ogórek ok.80g herbata malinowa ok.150ml  .  **(1,3,7)** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **DATA** | **ŚNIADANIE** | **ZUPA** | **DRUGIE DANIE** | **DODATEK** | **NAPÓJ** | **PODWIECZOREK** |
| **PONIEDZIAŁEK**  **1.04.2024** | ……………. | **………….** | **…………..** | **……….** | **…………..** | ………….. |
| **WTOREK**  **2.04.2024** | Zupa mleczna z płatkami owsianymi ok.200ml,  chleb orkiszowy z masłem, wędlina, ogórek, szczypior,  ok.80g,  herbata miętowa ok.150ml owoc ok.100g  **(1,3,7,9)** | **Ogórkowa**  (marchew, seler, cebula, por, ogórek kiszony, jogurt naturalny, zielona pietruszka, ziemniaki, przyprawy) ok.200/300ml. **(1,9)** | **Placki ziemniaczane z marchewką**  **(**ziemniaki, jajka, cebula, mąka pszenna, przyprawy) **ok.100/150g (1,37)** | **Ser biały ze śmietaną** ok  **(1,9)** | **Kompot truskawkowy** ok.150/200 ml. | Bułeczki drożdżowe ok. 50g  mleko ok.150ml  **(1,3,7)** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ŚRODA**  **3.04.2024** | Chleb z masłem, wędlina, jajko gotowane, rzodkiewka, szczypior, sałata ok.80g,  Marchewka ok.80g kakao z mlekiem ok.150ml (1,3,7) | **Porowa**  **(**marchew, seler, cebula, ziemniaki, por, jogurt naturalny) ok.200/300ml  (1,7,9) | **Gulasz drobiowy** (filet z kurczaka, cebula, pomidory przyprawy)ok.100/120g  ziemniaki z masłem ok.150/195g **(1,9)** | **Surówka z selera** (seler, marchew, jabłko, jogurt naturalny, przyprawy) ok.80/95g  **(1,9)** | **Herbata z cytryną**  ok.150/200ml | Budyń na mlekuok.125g,  mus owocowy ok.50g (1,7) |
| **CZWARTEK 4.04.2024** | Zupa mleczna z kaszą manną  ok. 200ml, chleb orkiszowy, masło, wędlina, pomidor, szczypior ok.80g  owoc ok.100g herbata leśna ok.150ml **(1,3,7)** | **Jarzynowa** ( marchew, seler, cebula, por, ziemniaki, fasolka szparagowa, zielona pietruszka, zielony koper, przyprawy)  ok.200/300 ml. **(1,7,9)** | **kotlet rybny** (miruna, jajka, bułka graham, cebula, przyprawy)ok.65/95g  kasza jęczmienna z masłem ok.150/165g  **(1,3,4,9)** | **Surówka z kapusty białej i ogórka kiszonego**  (kapusta biała, ogórek kiszony, koperek cebula, przyprawy)  **ok.80/95g**  **(1,9)** | Kisiel do picia  ok.150/200 ml | Ryż na mleku (ryż, mleko 3,2%) jabłka z cynamonem ok.125g (1,7) |
| **PIĄTEK**  **5.04.2024** | Chleb graham, masło, wędlina, ogórek zielony, ser żółty, ok.80g,  kawa inka z mlekiem 3,2% ok.150ml  owoc ok.100g  **(1,3,7,9)** | **Żurek z kiełbasą** (mąka żytnia, ziemniaki, marchew, seler, cebula, kiełbasa, zielona, jogurt naturalny pietruszka, przyprawy)  ok. 200/300 ml **(1,7,9)** | **Naleśniki z białym serem**  (mleko, jajka, mąka pszenna, ser biały, przyprawy) ok.1,5/2 szt.  **(1,3,7,9)** | **Mus owocowy 40/50g** | Kompot wieloowocowy  ok.150/200ml | Kisiel owocowy (owoce, mąka ziemniaczana) ok.125ml  **(1,3,7)** |

**Liczby w nawiasach oznaczają alergeny (patrz legenda); Sporządziły: E. Kałuża, E. Piwek**

**Jadłospis z przyczyn nie zależnych od nas może ulec zmianie**