



Jadłospis 01.09.2023 – 15.09.2023

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
<p>Piątek 01.09.2023</p> <p>Kcal 1150</p>	<p>Chleb słonecznikowy 50 g, masło 10 g, jajecznica 50g pomidor 50g kawa zbożowa 200ml mleko 2% , kawa zbożowa / jęczmień/, cukier</p>	<p>Zupa koperkowa z ryżem 250ml włoszczyzna , koper świeży, ryż, śmietana 18% ziemniaki 120g paluszki rybne 80g mintaj, jaja, bułka tarta, olej sałatka szwedzka 80g ogórek kiszony, cebula, papryka, marchew, oliwa herbata z pomarańczą 150ml</p>	<p>Weka 30g mąka pszenna, jaja masło 5g pasztet zapiekany drobiowy 30g soja herbata ziołowa 150ml</p>
<p>Poniedziałek 04.09.2023</p> <p>Kcal 1152</p>	<p>Bułka grahamka 40g mąka pszenna, jaja masło 10g, szynka wieprzowa 30g soja rzodkiewka 40g, kawa zbożowa 200ml mleko 2% , kawa zbożowa / jęczmień/, cukier</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami na rosole 250ml ogórek kiszony, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana 18% ryż zapiekany z prażonymi jabłkami cynamonem i jogurtem 150g kompot śliwkowy 150ml</p>	<p>Weka 30g mąka pszenna, jaja masło 5g pasta twarogowa z jajkiem i szczypiorkiem 30g herbata miętow 150ml</p>
<p>Wtorek 05.09.2023</p> <p>Kcal 1067</p>	<p>Bułka pszenna 30g, mąka pszenna, jaja masło 5 g parowka cielęca 70g soja ogórek małosolny 30 g kakao 200ml mleko 2,0% , kakao , cukier</p>	<p>Krupnik 250ml włoszczyzna , śmietana 18% , kasza jęczmienna spaghetti z sosem bolognese 150g mąka pszenna, jaja, mięso wieprzowe - szynka, cebula, czosnek , pomidor, olej rzepakowy sok jabłkowo- gruszkowy 150ml</p>	<p>Słodkie jajko sadzone 130g serek waniliowy, brzoskwinia chałka z masłem 20g masło, mąka pszenna, jaja, mleko herbata 200 ml</p>
<p>Środa</p>	<p>Zupa mleczna 200ml musli z owocami , mleko 2%</p>	<p>Zupa neapolitańska 250ml włoszczyzna , papryka świeża, serek topiony natka pietruszki ,</p>	<p>Maliny ze śmietaną: maliny, śmietana 18%, cukier</p>

<p>06.09.2023</p> <p>Kcal 1078</p>	<p>grahamka 25g, mąka pszenna, jaja masło 5 g, ser żółty 10 g, ogórek świeży 30 herbata z cytryną 200 ml napar z herbaty, cytryna, miód</p>	<p>makaron pszenny durum klopsiki w sosie śmietanowym 70g/60g mięso drobiowe kajzerka jaja , cebula , olej rzepakowy śmietana 12% , mąka pszenna ziemniaki 120g sałatka z buraków 80g burak, jabłko, cebula olej słonecznikowy lemoniada domowa 150ml pomarańcz, cytryna, miód</p>	<p>biszkopty 30g mąka pszenna, mleko, jaja</p>
<p>Czwartek 07.09.2027</p> <p>Kcal 1101</p>	<p>Chleb żytni 50 g, masło 5 g, serek ziarnisty 40g pomidor 30 g, dżem 15 g herbata owocowa 200ml napar z herbaty malinowej, cukier</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 250ml włoszczyzna, pomidory, pietruszka, ryż, śmietana, natka pietruszki kotlet z piersi z kurczaka 80g pierś z kurczaka , mąka pszenna, jaja, bułka tarta, olej rzepakowy ziemniaki 120g, surowka colesław 80g kapusta biała, marchew, kukurydza, cebula, majonez, jogurt kompot jabłkowy 200ml</p>	<p>Ciasto drożdżowe ze śliwkami 80 g mąka pszenna, jaja, mleko sok marchwiowo-owocowy 200 ml</p>
<p>Piątek 08.09.2023</p> <p>Kcal 1050</p>	<p>Chleb pszenny 50 g mąka pszenna, jaja masło 5 g pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g jaja , musztarda, majonez , szczypiorek kawa zbożowa 200ml mleko 2% , kawa zbożowa / jęczmień/, cukier</p>	<p>Barszczyk czerwony z ziemniakami 250ml włoszczyzna 100 g, buraki 50 g, śmietana 18% 5g, ziemniak 50 g pierogi leniwe z masłem 150g ser twarogowy półtłusty 80g, jaja kurze 20 g, mąka pszenna 60 g, cukier 5 g, masło 5g kisiel do picia ze świeżymi owocami 150ml porzeczki mieszane 60 g, mąka ziemniaczana 5 g, cukier</p>	<p>Mus owocowy z chrupkami kukurydzianymi 120g/30g przetarty banan 50 g, arbuz 50 g, jogurt naturalny 20 g, chrupki 30g mleko czekoladowe 100ml mleko 2,0% , czekolada gorzka</p>
<p>Poniedziałek 11.09.2023</p> <p>Kcal 1117</p>	<p>Bułka z ziarnami 50 g mąka pszenna, jaja masło 10g sałata 5 g szynka wieprzowa 20 g soja ser żółty 15 g pomidor 40 g herbata z cytryną 200 ml napar z herbaty, cukier , cytryna</p>	<p>Kartoflanka na wędzce 250ml marchew, pietruszka , seler , kapusta włoska, pory, mąka pszenna, żeberka , ziemniaki penne z kurczakiem w sosie szpinakowym 150g mąka pszenna jaja, udziec z kurczaka, cebula, olej rzepakowy , szpinak, śmietana 30% kompot z truskawek 200 ml truskawki, cukier</p>	<p>Jogurt owocowy 150 g herbatniki 30g</p>
<p>Wtorek 12.09.2023</p>	<p>Zupa mleczna 250ml kasza kukurydziana, mleko 2% kajzerka 30g mąka pszenna, jaja</p>	<p>Letnia zupa jarzynowa z kluseczkami na rosolu 250ml włoszczyzna , fasolka szparagowa, kapusta włoska mąka pszenna, jaja, liście pietruszki</p>	<p>Mleczna galaretka z owocami 150ml mleko 2,0% , żelatyna , cukier , owoce słomki ptysiowe 20 g mąka pszenna, jaja, mleko, masło</p>

<p>Kcal 1039</p>	<p><i>masło 5 g</i> <i>jajko na twardo 25 g,</i> <i>kiełbasa wieprzowa 10 g,</i> <i>soja</i> <i>szczypior</i> <i>herbata z cytryną 200 ml</i> <i>napar z herbaty, cytryna , cukier</i></p>	<p><i>curry z kurczaka 80g/40ml</i> <i>kurczak , cebula, śmietana 12% , , curry</i> <i>ryż 40 g</i> <i>surówka z marchwi i jabłek 80g</i> <i>marchew , jabłko ,jogurt , miód</i> <i>kompot truskawkowy 200 ml</i> <i>truskawki, cukier</i></p>	<p><i>lemoniada cytrynowa 150ml</i></p>
<p>Środa 13.09.2023</p> <p>Kcal 1078</p>	<p><i>Rogal 50 g</i> <i>mąka pszenna, jaja</i> <i>masło 10 g</i> <i>pasztet drobiowy 40g</i> <i>soja</i> <i>dżem/miód 15 g</i> <i>kakao 200ml</i> <i>mleko 2,0% , kakao , cukier</i></p>	<p><i>Zupa kalafiorowa z gotowanym mięsem drobiowym 250ml</i> <i>włoszczyzna , kalafior , ziemniaki , śmietana 18% ,</i> <i>liście pietruszki kukurydza mięso drobiowe</i> <i>pierogi ukraińskie z masłem150g</i> <i>mąka pszenna , jaja twaróg, ziemniaki, cebula masło</i> <i>herbata z cytryną 200ml</i></p>	<p><i>Tosty hawajskie 100g</i> <i>chleb tostowy pełno ziarnisty masło , ser żółty,</i> <i>plastry ananasa , kiwi</i> <i>herbata owocowa 200 ml</i></p>
<p>Czwartek 14.09.2023</p> <p>Kcal 1095</p>	<p><i>Grahamka 50 g</i> <i>mąka pszenna, jaja</i> <i>masło 10 g</i> <i>schab pieczony 30g,</i> <i>sałata 4 g</i> <i>pomidor 25 g</i> <i>kawa zbożowa 200ml</i> <i>mleko 2% , kawa zbożowa / jęczmień/, cukier</i></p>	<p><i>Zupa Shrekowa z ziemniakami 250ml</i> <i>brokuł, ogórek świeży ,pietruszką, cebula, liście pietruszki</i> <i>koperek śmietana 18%,ziemniaki</i> <i>pieczone podudzia z kurczaka 80g</i> <i>udziec z kurczaka , olej rzepakowy</i> <i>kasza kus kus 40 g</i> <i>mizeria ze szczypiorkiem i rzodkiewką z jogurtem</i> <i>80 g</i> <i>sok z owoców mieszanych 200 ml</i></p>	<p><i>Ciastka owsiane 30g</i> <i>płatki owsiane , miód , bułka masło tarta</i> <i>sorbet owocowy 100ml</i> <i>porzeczki czarne , porzeczki czerwone ,cukier</i></p>
<p>Piątek 15.09.2023</p> <p>Kcal 1159</p>	<p><i>Zupa mleczna 250ml</i> <i>płatki kukurydziane, mleko 2%</i> <i>chleb mieszany 25g,</i> <i>mąka pszenna, jaja</i> <i>masło 5 g</i> <i>pasta z kurczaka 25 g</i> <i>papryka czerwona 20 g</i> <i>herbata owocowa 200 ml</i> <i>napar z herbaty owocowej, cukier</i></p>	<p><i>Zupa fasolowa z makaronem 250ml</i> <i>włoszczyzna , fasola , boczek, natka pietruszki , mąka pszen-</i> <i>na, jaja</i> <i>pulpeciki z ryby w warzywach 70g/60g</i> <i>miruna, kajzerka, jaja mąka pszenna , olej rzepakowy,</i> <i>cebula ,cukinia ,marchew ,pietruszką ,seler naciowy</i> <i>ziemniaki 150 g</i> <i>surówka z czerwonej kapusty 80g</i> <i>czerwona kapusta, jabłko majonez</i> <i>kompot gruszkowy 200 ml</i></p>	<p>Świeże owoce 150g <i>brzoskwinie , arbuz,</i> <i>chrupki ryżowe w czekoladzie 30g</i></p>

--	--	--	--

Smacznego !!!

Zastrzegamy sobie prawo do niewielkich zmian w jadłospisie.

Zgodnie z załącznikiem 2 do rozporządzenia 1169/2011 w jadłospisie wyróżniono pogrubieniem substancje lub produkty powodujące alergie.

