Jadłospis tygodniowy na 6-10 listopada

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PONIEDZIAŁEKŚniadanie**Bagietka/Chlebek owsiany z masłem (60g+5g)Humus paprykowy (20g) Ser żółty (20g)Pomidor (10g)Herbatka z cytryną (200ml)ALERGENY: 1,7 | **Obiad**Krupnik z kaszą jęczmienną i kaszą pęczak (300ml)Spaghetti Bolognese (250g)Kompot (200ml)ALERGENY:1,9 | **Podwieczorek**Ryż z musem jabłkowym i cynamonem (150g) |
| **WTOREK****Śniadanie**Kasza manna z sokiem malinowym na mleku (200ml)Chlebek orkiszowy z ziarnami dyni/Bułeczka paryska z masłem (60g+5g), Kiełbaska krakowska naturalna (20g) Serek śmietankowy z ziołami (20g)Ogórek świeży (10g) Herbatka z sokiem malinowym (200ml)ALERGENY: 1,7,10 | **Obiad**Zupa pieczarkowa z ziemniakami (300ml)Pyzy w sosie koperkowym (120g)Surówka wiosenna(100g)Kompot (200ml)ALERGENY:1,7,9 | **Podwieczorek**Pieczywo mieszane z szynką i ogórkiem (60g)ALERGENY: 1,10 |
| **ŚRODA** **Śniadanie**Bułeczka wrocławska/Chlebek staropolski z masłem (60g+5g)Twarożek ze szczypiorkiem (20g) Szynka ze starej wędzarni (20g) Papryka czerwona (10g) Herbatka miętowa (200ml) ALERGENY: 1,7,10  | **Obiad**Zupa ogórkowa z ziemniakami (300ml) Filet z indyka w sosie własnym z brokułami i marchewką (150g) Kasza kuskus (100g)Kompot (200ml)ALERGENY: 1,7,9 | **Podwieczorek**Budyń waniliowy (200ml)Jabłko (50g)ALERGENY: 1,7 |
| **CZWARTEK****Śniadanie**Chlebek razowy/Bułeczka wyborowa z masłem (60g+5g)Pasta z tuńczykiem i ogórkiem konserwowym (20g) Polędwica drobiowa naturalna (20g) Rzodkiewka (10g) Herbata z sokiem malinowym (200ml)ALERGENY: 1,4,7,10  | **Obiad**Rosół z makaronem (300ml)Gołąbki w sosie pomidorowym (120g), Ziemniaki puree (100g) Kompot (200ml) ALERGENY: 1,9 | **Podwieczorek**Chałka drożdżowa (40g)Banan (50g)ALERGENY:1,3,7 |
| **PIĄTEK** **Śniadanie**Musli na mleku (200ml)Chlebek jaglany/Bułeczka wrocławska z masłem (60g+5g)Ser żółty (20g) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (20g)Pomidor (10g)Herbata z cytryną (200ml)ALERGENY: 1,3,7,10 ALERGENY:1.GLUTEN, 2.SKORUPIAKI, 3.JAJA, 4.RYBY, 5.ORZESZKI ZIEMNE,6.SOJA, 7.MLEKO, 8.ORZECHY, 9.SELER, 10.GORCZYCA, 11.SEZAM | **Obiad**Zupa fasolowa z ziemniakami (300ml)Paluszki rybne (100g) Ziemniaki (100g)Surówka z kiszonej kapusty (100g)Kompot (200ml)ALERGENY: 1,3,4,7,9 | **Podwieczorek**Pieczywo chrupkie z humusem (50g)Marchewka do pochrupania (50g)ALERGENY:1 |