Jadłospis tygodniowy na 6-10 listopada

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PONIEDZIAŁEK Śniadanie**  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 |