

„ DOBRY POSIŁEK ” Jadłospis dekadowy od 06.12.2023 r. Do 15.12.2023 r.

Data	Śniadanie	II Śniadanie Dzieci	Obiad	Podwieczor ek. Dzieci	Kolacja	Kolacja nocna
06.12.2023 ŚRODA	Makaron na mleku G/1,3,7/(350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa dr (50g) Pomidor (150g) Serek Kiri/7/(1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Sok pomidorowy	Zupa brokułowa /1,7,9/ G(350g) Gulasz wieprzowy w sosie własnym D /1/ (250g) Kasza bulgur G /1/(200g) Buraki z kapustą kiszoną (100g) D: Buraczki gotowane G (100g) C: Buraki z kapustą kiszoną (100g) Kompot G (250g)	Kefir/7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta z boczku (100g) Ogórek świeży (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Szynkowa (70g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna G /7/(250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Pasta hummus (1szt) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)
07.12.2023 CZWARTEK	Kaszka kukurydziana na mleku/7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Blok tyrolski (50g); Miód(1szt) Papryka czerwona (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Serek almette/7/(1szt) Herbata G (250g)	Owoc	Zupa ryżowa z ziemniakami/1,7,9/ G (350g) Kurczak S (150g) Ziemniaki G (200g) Marchew z groszkiem/1/ G (100g) D: Kurczak w sosie własnym/1/ D (150/100g) V: Marchew G (100g) C: Sałata ze śmietaną/7/(100g) Kompot G (250g)	Sok warzwywny	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Sałatka makaronowa z brokułem, szpinakiem i wędliną dr /1,3/ G(200g) Serek kanapkowy trójkąt/7/(1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna G /7/(250g)	Sok wielowarzywny (1szt)
08.12.2023 PIĄTEK	Ryż na mleku/7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Polędwica drobiowa (50g) Serek Haga/7/(1szt) Ogórek kiszony (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) V: Roszponka (40g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa szpinakowa /1,7,9/ G (350g) Śledź po łowicku/3,4,7/(100/120g) Ziemniaki G (200g) Jabłko (160g) D: Ryba w sosie pomidorowym/1,4/ G (250g) D: Surówka z selera/7,9/(100g) Kompot G (250g)	Owoc	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jajko/3/ G (2szt) Majonez/3/(1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Szynka gotowana (70g) Kawa mleczna G /7/(250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Schab faszerowany (40g) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)

Dział Żywności
Dietetyk
Olivia Sobucka

Kierownik Działu Żywności
Pegza
Pegza

LISTA ALERGENÓW: /1/- gluten /2/- skorupiaki /3/- jajka /4/- ryby /5/- orzeszki ziemne /6/- soja /7/- mleko i produkty pochodne(łącznie z laktozą) /8/- orzechy /9/- seler /10/- gorczyca /11/- nasiona sezamu /12/- siarczany /13/- lubin /14/- mięczaki

UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!

UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się u Kierownika Działu Żywności

„ DOBRY POSIŁEK ” Jadłospis dekadowy od 06.12.2023 r. Do 15.12.2023 r.

09.12.2023 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa z indyka (50g) Serek Kiri/7/(1szt) Rzodkiew (80g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna G/7/(250g)	Sok owocowy	Zupa jarzynowa /1,7,9/ G (350g) Zraz drobiowy w sosie własnym/1,3/ D (80/100 g) Kasza jęczmienna/1/G (200g) Surówka z marchwi i pietruszki/7/(100g) Kompot G (250g)	Serek grani/7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Parówka z szynki G(100g) Musztarda/10/(1szt) Sałatka z pomidora i ogórka kiszzonego (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Ketchup (1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Serek grani/7/(1szt)
10.12.2023 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twaróg/7/(100g) Dżem (1szt) Papryka czerwona (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna G/7/(250g)	Sok warzywny	Zupa wiejska z makaronem /1,3,7,9/G (350g) Łopatka w sosie własnym/1/D (70/100g) Ziemniaki G (200g) Fasolka szparagowa z marchewką G (100g) V: Marchew G (100g) C: Fasolka szparagowa G (100g) Kompot G (250g)	Owoc	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Piwna (50g) Serek kanapkowy trójką/7/(1szt) Ogórek świeży (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Szynkowa wieprzowa (70g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Paszтет sojowy/6/ (115g) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)
11.12.2023 PONIEDZIAŁEK	Płatki owsiane na mleku/1,7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Połędwica sopocka (50g) Serek Haga/7/(1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa koperkowa/1,7,9/ G (350g) Bigos D (250 g) Ziemniaki G (200g) Gruszka (1szt) D: Filet drobiowy w sosie własnym/1/ D (70/100g) D: Surówka z marchwi/7/(100g) Kompot G (250g)	Sok pomidorowy	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Kaszotto z kaszy gryczanej z burakami, serem feta i słonecznikiem/7/(200g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna G /7/(250g)	Wafle ryżowe (1opakowanie) Miód (1szt) C: Chlebek chrupki/1/(2szt) C: Hummus (1szt)

Żywność
Żywność
Sobota
Sobota

Kierownik
Żywność
specjalna dla dzieci
Sobota

LISTA ALERGENÓW: / 1/ - gluten / 2/ - skorupiaki / 3/ - jajka / 4/ - ryby / 5/ - orzeszki ziemne / 6/ - soja / 7/ - mleko i produkty pochodne(łącznie z laktozą) / 8/ - orzechy / 9/ - seler / 10/ - gorczyca / 11/ - nasiona sezamu / 12/ - siarczyn / 13/ - łubin / 14/ - mięczaki

UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!

UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się u Kierownika Działu Żywności

„ DOBRY POSIŁEK ” Jadłospis dekadowy od 06.12.2023 r. Do 15.12.2023 r.

12.12.2023 WTOREK	Kaszka kukurydziana na mleku/7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jajko/3/G (1szt); Żywiecka (50g) Ogórek kiszony (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) V: Pomidorki koktajlowe (100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G(250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa grochowa /1,7,9/G(350g) Potrawka drobiowa z cukinią/1,7,9/D (250g) Ryż brązowy G (200g) Jabłko (160g) D: Zupa koperkowa/1,7,9/(350g) Kompot G (250g)	Sok pomidorowy	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Sałatka ziemniaczana z fasolką szparagową, marchewką i zieleniną (200g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Filet z indyka (40g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna G/7/(250g)	Serek homogenizowany/7/(1szt)
13.12.2023 ŚRODA	Zacierka na mleku/1,3,7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa drobiowa (50g); Kiwi(1szt); Sałata (1/10szt) Miód (1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G(250g)	Jogurt naturalny/7/	Żurek/1,7,9/G (350g) Pieczeń z karkówki/1/S,D (70/100g) Ziemniaki G (200g) Buraczki z ogórkiem kiszonym (100g) D: Bitki wołowe w sosie własnym/1/D (80/100g) V: Buraczki G (100g) Kompot G (250g)	Sok pomidorowy	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(40g) Polędwica sopocka (40g) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Twaróg/7/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna G/7/(250g)	Sok pomidorowy (1szt)
14.12.2023 CZWARTEK	Płatki ryżowe na mleku/7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta mięsna/9/(100g) Rzodkiew (80g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G(250g)	Jogurt naturalny/7/	Krupnik/1,7,9/G (350g) Kotlet rybny/1,3,4/s (80 g) Ziemniaki G (200g) Sałatka z ogórka kiszzonego, papryki i cebuli/10/ (100g) D: Pulpet rybny w sosie koperkowym/1,3,4,7/ G (80/120g) D: Surówka z marchwi/7/(100g) Kompot G (250g)	Sok pomidorowy	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Leczo D (200g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Szynkowa wieprzowa (70g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna g/7/(250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Serek almette/7/(1szt) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)
15.12.2023 PIĄTEK	Kasza jagłana na mleku/7/G(350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa (50g); pomidor(150g) Serek kanapkowy trójkąt/7/(1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G(250g)	Owoc <i>Dział Żywności Dietetyk Alicja Oliwia</i>	Zupa szpinakowa /1,7,9/ G (350g) Sos myśliwski/9/D,S (250g) Makaron razowy/1,3/ G(200g) Jabłko (160g) D: Potrawka drobiowa w jarzynach/1,7,9/ D (250g) Kompot G (250g)	Serek homogenizowany naturalny /7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta z makreli i twar/4,7/(100g); Papryka(100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Polęd. Sop. (70g) Pom. (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna G/7/(250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Wędlina dr (50g) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)

LISTA ALERGENÓW: / 1/ - gluten / 2/ - skorupiaki / 3/ - jajka / 4/ - ryby / 5/ - orzeszki ziemne / 6/ - soja / 7/ - mleko i produkty pochodne(łącznie z laktozą) / 8/ - orzechy / 9/ - seler / 10/ - gorczyca / 11/ - nasiona sezamu / 12/ - siarczany / 13/ - łubin / 14/ - mięczaki

UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!

UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się u Kierownika Działu Żywności