

„ DOBRY POSILEK ” Jadłospis dekadowy od 25.01.2024 r. Do 03.02.2024 r._

Data	Śniadanie	II Śniadanie Dzieci	Obiad	Podwieczor ek. Dzieci	Kolacja	Kolacja nocna
25.01.2024 CZWARTEK	Kasza manna na mleku/1,7/G (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 jarzynowa/1,7,9/ G (350g) Kotlet mielony /1,3/ S (80g) Ziemniaki G (200g) Buraczki G(100g) D: Pulpet mięsny w sosie pietruszkowym /1,3,7/ G (80/120g) C: Buraczki z ogórkiem kiszonym (100g) Kompot G (250g)	Kefir/7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jajko/3/G(1szt); Papryka (100g) Polędwica sopocka (50g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Polędwica sopocka (50g); V: Dzem(1szt) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Paszтет sojowy/6/(1szt) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)
26.01.2024 PIĄTEK	Makaron na mleku/1,3,7/G(350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Blok tyrolski (50g); Dzem (1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Serek Haga/7/(1szt) Herbata G (250g)	Owoc	Zupa szpinakowa /1,7,9/ G (350g) Śledź po kaszubsku /4,10/(80/120g) Ziemniaki G (200g) Gruszka (1szt) D: Ryba w sosie pomidorowym/1,4/ G (250g) D : Surówka z selera i jabłka/7,9/(100g) Kompot G (250g)	Sok warzywny	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta z boczku (100g) Ogórek świeży (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Filet z indyka (70g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Serek almette/7/(1szt) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)
27.01.2024 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser topiony/7/(50g); Miód(1szt) Rzodkiew (80g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Twaróg/7/(100g);Pomidor(150g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Pomarańcza (1szt) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa kalafiorowa/1,7,9/ G (350g) Gulasz wieprzowy/1/ D(250g) Ziemniaki G (200g) Surówka z marchwi i pietruszki/7/(100g) Kompot G (250g)	Owoc	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Krakowska (50g) Serek Haga/7/(1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Szynkowa (50g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Kefir/7/(1szt)

Dział Żywnienia
Dietetyk
Sobucka
Olivia Sobucka

Kierownik Działu Żywnienia
Magdalena Prószkiewicz
Kierownik Działu Żywnienia

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 Żywnienia

„ DOBRY POSIŁEK ” Jadłospis dekadowy od 25.01.2024 r. Do 03.02.2024 r.

28.01.2024 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jajko/3/G (2szt); Majonez/3/(1szt) Ogórek kiszony (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Filet z ind (70g) V: Roszponka(1/10szt) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sok owocowy	Zupa po kaszubsku /1,7,9/ G (350g) Szynka duszona/1/ D(70/100g) Ziemniaki G (200g) Buraki G (100g) C: Sałata ze śmietaną/7/ (1/8szt) Kompot G (250g)	Serek grani/7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Parówka drobiowa G (100g) Musztarda/10/(1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Ketchup (1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Sok wielowarzywny (1szt)
29.01.2024 PONIEDZIAŁEK	Zacierka na mleku/1,3,7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa z ind (50g) Miód (1szt); Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Humus (1szt) Herbata G (250g)	Sok warzywny	Zupa pietruszkowa /1,7,9/ G (350g) Fasola po bretońsku D,S(80/120g) Ziemniaki G (200g) Jabłko (160g) D: Bitki ze schabu/1/D (80/100g) D:Surówka z selera/7,9/(100g) Kompot G (250g)	Serek homogenizowany/7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta z makreli i twarogu/4,7/(100g) Papryka (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Twarożek z zieleciną/7/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Schab faszerowany (40g) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)
30.01.2024 WTOREK	Ryż na mleku/7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Blok tyrolski(50g)Serek Haga/7/ (1szt) ; Ogórek św (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa pieczarkowa z makaronem/1,3,7,9/ G (350g) Kurczak/1/D(150/100g) Ziemniaki G (200g) Sałata z sosem winegret/10/(100g) D: Zupa koperkowa z makaronem/1,3,7,9/ G (350g) Kompot G (250g)	Owoc	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Leczo z ciecierzycą D (200g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Szynka pieczona (70g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Serek homogenizowany naturalny/7/(1szt)
31.01.2024 ŚRODA	Makaron na mleku/1,3,7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Polędwica dr (50g) ;Dżem (1szt); Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Serek Haga/7/(1szt) Herbata G (250g)	Mus owocowo-warzywny	Barszcz czerwony /1,7,9/ G (350g) Ryba smażona/1,4/ S(90g) Ziemniaki G (200g) Sałatka z ogórka kiszzonego, cebuli i papryki/10/(100g) D: Ryba w sosie pietruszk./1,4,7/G (250g) D: Mieszanka królewska G (100g) C: Sałatka z ogórka kiszzonego, cebuli i papryki/10/(100g) Kompot G (250g)	Sok pomidorowy	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta z jaj i kielbasy/3/(100g) Sałata (1/10szt); Jabłko (160g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Szynka gotowana (70g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Serek kanapkowy trójkąt /7/(2szt) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)

Dział Żywnienia
Dietetyk
Olivia Słabicka

Kierownik Działu Żywnienia

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 Żywnienia

„ DOBRY POSIŁEK ” Jadłospis dekadowy od 25.01.2024 r. Do 03.02.2024 r.

01.02.2024 CZWARTEK	Kaszka kukurydziana na mleku/7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Filet z indyka (50g) Serek almette/7/(1szt) Papryka (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa ogórkowa /1,7,9/ G (350g) Potrawka chińska D (80/120g) Ryż brązowy G (200g) Jabłko (1szt) D: Potrawka drobiowa/1,7,9/ G (250g) V: Zupa ryżowa/1,7,9/ G (350g) Kompot G (250g)	Sok pomidorowy	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Kiełbasa biała G (100g) Musztarda/10/(1szt);Pomidor(150g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Kiełbasa śląska G (100g) D: Ketchup (1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Paszтет sojowy/6/(1szt) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)
02.02.2024 PIĄTEK	Płatki owsiane na mleku/1,7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem/7/(100g) Ogórek kiszony(100g); Miód (1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) D:Twarożek z zieleciną/7/(100g) V: Sałata rzymska (1/10szt) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Kiwi (1szt) Herbata G (250g)	Owoc	Zupa porowa/1,7,9/ G (350g) Rumsztyk rybny/1,3,4/ S (80g) Ziemniaki G (200g) Sałatka z kapusty czerwonej i marchewki/10/(100g) D: Rumsztyk rybny w sosie pomidorowym/1,3,4/ G (80/120g) D: Surówka z selera /7,9/(100g) Kompot G (250g)	Serek homogenizowany naturalny /7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Sałatka makaronowa ze szpinakiem i kiełbasą/1,3/ D (200g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sok pomidorowy (1szt)
03.02.2024 SOBOTA	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: Połędwica drobiowa (70g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa z soczewicy/1,7,9/ G (350g) Zraz drobiowy w sosie wł /1,3/ G (80/100g) Kasza bulgur/1/ G (200g) Buraczki (100g) C: Surówka z kapusty kiszonej (100g) Kompot G (250g)	Sok pomidorowy	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Piwna (50g); Dżem (1szt) Rzodkiew (80g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Szynkowa (70g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Serek Haga/7/(1szt) Herbata G (250g)	Serek grani/7/(1szt)

Dział Żywnienia
Dietetyk
Olivia Sobucka

Kierownik Działu Żywnienia
mgr Małgorzata
specjalista ds. diety i poradnictwa

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 Żywnienia