

„ DOBRY POSILEK ‘ ‘ Jadłospis dekadowy od 05.03.2024 r. Do 14.03.2024 r. _

Data	Śniadanie	II Śniadanie Dzieci	Obiad	Podwieczor ek. Dzieci	Kolacja	Kolacja nocna
05.03.2024 WTOREK	Kasza manna na ml/1,7/G (250g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Filet z indyka (50g) Serek Haga/7/(1szt) Ogórek świeży (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Sok pomidorowy	Barszcz ukraiński/1,7,9/ G (350g) Kurczak w sosie własnym/1/ D (150/100g) Ziemniaki G (200g) Surówka wielowarzywna/7,9,10/ (100g) D: Barszcz czerwony/1,7,9/ G (350g) Kompot G (250g)	Kefir/7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jajko/3/G (1szt); Pomidor (150g) Serek kanapkowy trójkąt/7/(1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Jajko/3/G (1szt) D: Miód (1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Mus warzywny (1szt) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Paprykarz warzywny/6/(1szt) D: Bułka paryska/1/(50g) D: Pasta hummus klasyczna /11/(1szt) C: Chleb razowy/1/(50g)
06.03.2024 ŚRODA	Płatki owsiane na ml/7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Blok tyrolski (50g); Dżem (1szt) Papryka czerwona (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Blok tyrolski (50g) C: Jabłko (1szt) Herbata G (250g)	Owoc	Zupa z soczewicy/1,7,9/ G (350g) Gulasz wołowy/1/(250g) D Kasza gryczana G (200g) Sałatka szwedzka/10/ (100g) D: Jarzynka G/9/(100g) Kompot G (250g)	Sok warzywny	Ryż biały z musem jabłkowym i jogurtem naturalnym/7/G (200g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Masło naturalne/7/(15g) C: Szyunka gotowana (50g) C: Serek almette/7/(1szt) C: Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Szynkowa dr (50g) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)
07.03.2024 CZWARTEK	Makaron na ml G /1,3,7/ (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jajko/3/G (2szt) Majonez/3/(1szt) Ogórek świeży (100g) D: Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Polędwica drobiowa (70g) Herbata G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa porowa/1,7,9/ G (350g) Wątróbka drobiowa z cebulką S,D (100g) Ziemniaki G (200g) Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki (160g) D: Filet drobiowy w sosie własnym D (70/100g) D: Sałata z sosem winegret/10/(1/8szt) Kompot G (250g)	Owoc	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem/7/(100g) Pomidor (150g); Miód(1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Twarożek z zieleciną/7/(100g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Jabłko (1szt) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sok pomidorowy (1sz)

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 POSILEK ‘ ‘ Jadłospis dekadowy od 05.03.2024 r. Do 14.03.2024 r. _

08.03.2024 PIĄTEK	Płatki ryżowe na ml/7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(60g); Dżem (1szt) Papryka czerwona (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Twaróg/7/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Pomarańcza (1szt) Herbata G (250g)	Sok owocowy	Zupa wiejska z makaronem/1,3,7,9/ G (350g) Kotlet rybny/1,3,4/ S,D (80g) Ziemniaki G (200g) Surówka z marchwi i pora/7/(100g) D: Surówka z marchwi/7/(100g) D: Pulpet rybny w sosie koperkowym/1,3,4,7/ G(80g/120g) Kompot G (250g)	Serek grani/ 7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Leczo jarskie D (200g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Szynkowa dr (70g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Szynka pieczona (50g) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)
09.03.2024 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Polędwica sopocka (50g) Serek almette/7/(1szt) Rzodkiew (80g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sok warzywny	Zupa brokułowa/1,7,9/ G (350g) Gulasz dr w sosie własnym/1,3/ D (80g/100g) Ziemniaki G (200g) Sałatka z buraczków G (100g) V: Buraczki G (100g) C: Surówka z kapusty kiszzonej (100g) Kompot G (250g)	Serek homogenizo wany/7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa (50g) Serek kanapkowy trójkąt/7/(1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Serek kiri/7/(1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Sok wielowarzywny (1szt)
10.03.2024 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/G (2szt); Majonez/3/(1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) V: Szynkowa (50g); Dżem(1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa wiejska z makaronem/1,3,7,9/ G (350g) Schab duszony D (80g) Kasza bulgur/1/ G (200g) Fasolka szparagowa G (100g) V: Marchew G (100g) Kompot G (250g)	Owoc	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Kiełbasa śląska dr G (100g) Musztarda/10/(1szt) Ogórek kiszony (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Ketchup (1szt) V: Pomidorki koktajlowe (100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Serek homogenizowany naturalny/7/(1szt)

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 POSILEK ‘ ‘ Jadłospis dekadowy od 05.03.2024 r. Do 14.03.2024 r. _

11.03.2024 PONIEDZIAŁEK	Kaszka kukur na mleku/7G(350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(60g); Miód (1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Twaróg/7/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Pomarańcza (1szt) Herbata G (250g)	Mus owocowo- warzywny	Krupnik/1,7,9/ G (350g) Kotlety mielone z pieczarkami/1,3/ S (80g) Ziemniaki G (200g) Mizeria/7/(100g) D: Pulpet w sosie koperkowym/1,3,7/ G(80/120g) D: Buraczki G (100g) C: Mizeria/7/(100g) Kompot G (250g)	Sok pomidorow y	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta z boczku (100g) Ogórek świeży (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Szynkowa dr (70g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Serek topiony trójkąt/7/(2szt) D: Bułka paryska/1/(50g) D: Serek Kiri/7/(2szt) C: Chleb razowy/1/(50g)
12.03.2024 WTOREK	Ryż na ml/7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pieczeń rzymska (50g) Serek kanapkowy/7/(1szt) Rzodkiew (80g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) V: Polędwica dr (50g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa koperkowa/1,7,9/ G (350g) Gulasz segetyński/1/ S,D (80g) Ziemniaki G (200g) Jabłko (160g) D: Gulasz wieprzowy/1/D (250g) D: Surówka z selera/7,9/ (100g) Kompot G (250g)	Sok pomidorow y	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Sałatka ziemniaczana z fasolką szparagową/3,7/(200g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Szynka gotowana (50g) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)
13.03.2024 ŚRODA	Płatki owsiane na ml/1,7/G(350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa (50g); Dżem(1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Serek Kiri/7/(1szt) Herbata G (250g)	Owoc	Zupa pomidorowa z ryżem/1,7,9/ G (350g) Śledź po łowicku Ziemniaki G (200g) Gruszka (1szt) D: Pulpet rybny w sosie koperkowym G/1,3,4,7/(80/120g) D: Mieszanka królewska G (100g) Kompot G (250g)	Serek homogenizo wany naturalny / 7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Polędwica z warzywami (50g) Serek Haga/7/(1szt) Papryka czerwona (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Szynkowa drobiowa (50g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Pasta hummus mix/11/(1szt) 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 Żywnienia

„ DOBRY POSIŁEK ‘’ Jadłospis dekadowy od 05.03.2024 r. Do 14.03.2024 r._

14.03.2024 CZWARTEK	Kasza jaglana na ml/7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twarożek buraczany/7/(100g) Sałata (1/10szt); Jabłko (1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata owocowa G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa koperkowa/1,7,9/ G (350g) Boeuf Strogonow S,D (250g) Makaron razowy/1,3/ G (200g) Brokuł G (100g) D: Gulasz wołowy/1/ G (250g) D: Surówka z marchwi i pietruszki/7/(100g) Kompot G (250g)	Sok pomidorowy	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta z jaj i kiełbasy/3/(100g) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Szyńka gotowana (70g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sok wielowarzywny (1szt)
------------------------	---	---------------------	--	----------------	--	--------------------------

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 Żywienia