

„ DOBRY POSILEK ‘ ‘ Jadłospis dekadowy od 15.03.2024 r. Do 24.03.2024 r. _

| <i>Data</i> | <i>Śniadanie</i> | <i>II Śniadanie Dzieci</i> | <i>Obiad</i> | <i>Podwieczor ek. Dzieci</i> | <i>Kolacja</i> | <i>Kolacja nocna</i> |
|-------------------------|---|----------------------------|---|------------------------------|---|---|
| 15.03.2024 PIĄTEK | Zacierka na ml/1,3,7/ /G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szymkowa dr (50g); Miód (1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Serek Kiri/7/(1szt) Herbata G (250g) | Sok pomidorowy | Zupa z soczewicy/1,7,9/ G (350g) Ryba smażona/1,4/ S (90g) Ziemniaki G (200g) Surówka z kapusty czerwonej/10/ (100g) D: Ryba gotowana w sosie pietruszkowym/1,4,7/ G (250g) D: Surówka z selera i jabłka/7,9/ (100g) Kompot G (250g) | Kefir/7/ | Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Sałatka jarzynowa/3,7,9,10/(200g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g) | Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Paszтет wege/6,10,11/(1szt) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g) |
| 16.03.2024 SOBOTA | Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jajko/3/ G (1szt); Rzodkiew (80g) Serek Kiri/7/(1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Filet z indyka (50g) V: Serek Kiri/7/ (1szt) Kawa mleczna/7/ G (250g) | Owoc | Zupa szpinakowa/1,7,9/ G (350g) Pulpet mięsny w sosie pomidorowym/1,3/ G (80/120g) Kasza jęczmienna/1/ G (200g) Sałatka z buraczków (100g) V: Buraczki G (100g) C: Buraki z ogórkiem kiszonym (100g) Kompot G (250g) | Sok warzywny | Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Parówka z szynki G (100g) Musztarda/10/(1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Ketchup (1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g) | Kefir/7/(1szt) |
| 17.03.2024 NIEDZIELA | Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Polędwica dr (50g) Serek Haga/7/(1szt) Ogórek kiszony (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Pomidorki koktajlowe (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g) | Jogurt naturalny/7/ | Zupa kalafiorowa/1,7,9/ G (350g) Pieczeń z szynki/1/ D (70/100g) Ziemniaki G (200g) Surówka z marchwi/7/(100g) Kompot G (250g) | Owoc | Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser topiony/7/(50g); Dżem(1szt) Sałata (1/10szt), Jabłko (160g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Twaróg/7/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Szynka got(50g),Twaróg/7/(100g) Herbata G (250g) | Sok pomidorowy (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 POSIŁEK ‘ ‘ Jadłospis dekadowy od 15.03.2024 r. Do 24.03.2024 r._

| | | | | | | |
|----------------------------|---|---------------------|---|-------------------------|--|--|
| 18.03.2024 PONIEDZIAŁEK | Kasza manna na ml/1,7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa (50g); Jajko/3/G(1szt) Ogórek świeży (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Szynkowa (50g), Dżem(1szt) Herbata owocowa G (250g) | Sok owocowy | Zupa pieczarkowa z makar/1,3,7,9/ G (350g) Gulasz wieprzowy/1/D (250g) Ziemniaki G (200g) Buraczki G (100g) D: Zupa koperkowa z mak/1,3,7,9/ G (350g) C: Surówka z marchwi/7/(100g) Kompot G (250g) | Serek grani/7/ | Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ryba po grecku/4,9/D (200g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g) | Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Serek kanapkowy trójkąt/7/(2szt) D: Bułka paryska/1/(50g) D: Serek Kiri/7/(2szt) C: Chleb razowy/1/(50g) |
| 19.03.2024 WTOREK | Ryż na mleku/7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Schab faszerowany (50g) Miód (1szt) ; Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Serek almette/7/(1szt) Herbata G (250g) | Sok warzywny | Zupa porowa/1,7,9/ G (350g) Zraz dr/1,3/ S,D (80g) Ziemniaki G (200g) Surówka meksykańska (100g) D: Zraz dr w sosie w/1,3/ D (80/100g) D: Sałata z sosem winegret/10/(1/8szt) Kompot G (250g) | Serek homogenizowany/7/ | Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Sałatka brokułowa z serem żółtym/3,7/ G (200g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Sałatka brokułowa z wędliną i pomidorami/3,7/(200g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g) | Sok wielowarzywny (1szt) |
| 20.03.2024 ŚRODA | Płatki owsiane na mleku/1,7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta mięsna/9/ G (100g) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g) | Jogurt naturalny/7/ | Krupnik/1,7,9/ G (350g) Kotlet schabowy/1,3/ S (90g) Ziemniaki G (200g) Sałatka z ogórka kiszzonego,papryki i cebuli/10/ (100g) D: Schab duszony w sosie/1/ D (70/100g) D: Surówka z selera i pietruszki/7,9/(100g) Kompot G (250g) | Owoc | Pierogi ruskie/1,7/ G (200g) Jogurt naturalny/7/(1szt) Kawa mleczna/7/ G (250g) | Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Filet z indyka (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 Żywnienia

„ DOBRY POSIŁEK ‘ ‘ Jadłospis dekadowy od 15.03.2024 r. Do 24.03.2024 r. _

| | | | | | | |
|-------------------------|--|-----------------------------|--|---|---|---|
| 21.03.2024 CZWARTEK | Kasza kukur. 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: Szynkowa (50g) Herbata G (250g) | Mus owocowo- warzywny | Zupa jarzynowa/1,7,9/ G (350g) Łazanki z kiełbasą i kapustą kiszoną/1,3/ S,D (250g) Jabłko (1szt) D: Potrawka dr ze szpinakiem i marchewką/1,7/ G (250g) D: Makaron razowy/1,3/ G (200g) Kompot G (250g) | Sok pomidorowy | Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Rolada z boczku (80g) Serek kanapkowy/7/(1szt) Ogórek świeży (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Szynkowa dr (50g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g) | Serek homogenizowany naturalny/7/(1szt) |
| 22.03.2024 PIĄTEK | Makaron na ml/1,3,7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Blok tyrol.(50g); Pomidor (150g) Serek trójkąt/7/(1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Serek Haga/7/(1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g) | Jogurt naturalny/7/ | Zupa fasolowa/1,7,9/ G (350g) Pulpet rybny w sosie pietruszkowym/1,3,4,7/ G (250g) Ziemniaki G (200g) Buraczki z ogórkiem kiszonym (100g) D: Zupa koperkowa/1,7,9/ G (350g) V: Buraczki G (100g) Kompot G (250g) | Sok pomidorowy | Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta jajeczna z twarogiem/3,7/(100g) Rzodkiew (80g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Szynka got (50g), Dżem (1szt) Kawa mleczna/7/ G (250g) | Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Filet z indyka (50g) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g) |
| 23.03.2024 SOBOTA | Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Paszтет pieczony (100g) Ogórek kiszony (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Polędwica dr (70g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Pomidorki koktajlowe (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g) | Owoc | Zupa brokułowa/1,7,9/ G (350g) Potrawka drobiowa/1,7,9/ D (250g) Ziemniaki G (200g) Surówka z selera i marchewki/7,9/(100g) Kompot G (250g) | Serek homogenizo wany naturalny /7/ | Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Piwna (50g); Almette/7/(1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Szynkowa dr (50g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g) | Sok pomidorowy (1szt) |
| 24.03.2024 NIEDZIELA | Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Parówka dr G (100g);Sał(1/10szt) Musztarda/10/(1szt); jabłko D: Bułka paryska/1/(100g) D: Ketchup (1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g) | Jogurt naturalny/7/ | Barszcz czerwony/1,7,9/ G (350g) Szynka w sosie własnym/1/ D (70/100g) Kasza bulgur/1/ G (200g) Fasolka szparagowa G (100g) V: Jarzynka/9/ G (100g) Kompot G (250g) | Sok pomidorowy | Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jajko/3/ G (1szt); Pomidor (150g) Szynkowa z indyka (50g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Szynk z ind (50g);Dżem(1szt) Herbata G (250g) | Jogurt 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