

**„ DOBRY POSILEK ‘ ‘ Jadłospis dekadowy od 25.03.2024 r. Do 03.04.2024 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>
25.03.2024 PONIEDZIALEK	Płatki ryżowe na ml/1,7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twarożek z zieleciną/7/(100g) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata owocowa <b>G</b> (250g)	Sok pomidorowy	Zupa koperkowa /1,7,9/ <b>G</b> (350g) Bigos <b>D</b> (250g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Jabłko (160g) D: Gulasz wieprzowy w sosie własnym/1/ <b>D</b> (250g) D: Surówka z marchwi i pietruszki /7/(100g)  Kompot <b>G</b> (250g)	Kefir/7/	Salatka makaronowa z kurczakiem/1,3/ <b>D</b> (200g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Ser żółty/7/(40g) D: Bułka paryska/1/(50g) D: Serek haga/7/(2szt) C: Chleb razowy/1/(50g)
26.03.2024 WTOREK	Zacierka na ml/1,3,7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jajko/3/ <b>G</b> (1szt); Szynkowa dr (50g) Ogórek kisz (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Roszponka (1/10szt) Herbata <b>G</b> (250g)	Owoc	Zupa po kaszubsku/1,7,9/ <b>G</b> (350g) Pieczeń z karkówki z cebulką/1/ <b>S,D</b> (70/100g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Surówka z kapusty pekińskiej ze słonecznikiem /3/(100g) D: Pieczeń ze schabu/1/ <b>D</b> (70/100g) D: Buraczki <b>G</b> (100g) C: Surówka z kapusty pekińskiej ze słonecznikiem /3/(100g)  Kompot <b>G</b> (250g)	Sok warzywny	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ryba po grecku/4,9/ <b>D</b> (200g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Kefir/7/(1szt)
27.03.2024 ŚRODA	Płatki owsiane na ml/1,7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Polędwica sopocka (50g) Serek Kiri/7/(1szt) Papryka czerwony (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata <b>G</b> (250g)	Jogurt naturalny/7/	Żurek /1,7,9/ <b>G</b> (350g) Kurczak/1/ <b>S</b> (150/100g) Ryż brązowy <b>G</b> (200g) Marchew z groszkiem/1/ <b>G</b> (100g) D: Kurczak w sosie własnym/1/ <b>D</b> (150/100g) V: Marchew <b>G</b> (100g) C: Sałata ze śmietaną/7/(1/8szt) Kompot <b>G</b> (250g)	Owoc	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser topiony/7/(50g); Miód (1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Szynka gotowana (50g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Serek kanapkowy/7/(1szt) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Schab faszerowany (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 POSILEK ‘ ‘ Jadłospis dekadowy od 25.03.2024 r. Do 03.04.2024 r. \_**

28.03.2024 CZWARTEK	Kasza jaglana na ml/7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Blok tyrolski (50g) Rzodkiew (80g) Serek Haga/7/(1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata <b>G</b> (250g)	Sok owocowy	Zupa ogórkowa z ryżem/1,7,9/ <b>G</b> (350g) Pulpet mięsny w sosie pomidorowym/1,3/ <b>G</b> (70/100g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Surówka z selera i jabłka/7,9/(100g) V: Zupa ryżowa z koprem/1,7,9/ <b>G</b> (350g) Kompot <b>G</b> (250g)	Serek grani/7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa (50g); Pomidor (150g) Serek almette/7/(1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Paszтет wegetariański/6,9,10/ (1szt) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)
29.03.2024 PIĄTEK	Makaron na ml/1,3,7/ / <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twaróg wiosenny z zieleniną /7/(100g) Sałata (1/10szt), Jabłko (160g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata owocowa <b>G</b> (250g)	Sok warzywny	Krupnik /1,7,9/ <b>G</b> (350g) Ryba smażona/1,4/ <b>S</b> (90g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Sałata z buraków i kapusty kiszzonej (100g) D: Ryba gotowana w sosie pietruszkowym/1,4/ <b>G</b> (250g) C: Sałata z buraków i kapusty kiszzonej (100g) D: Buraczki gotowane (100g) Kompot <b>G</b> (250g)	Serek homogenizowany/7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jajko/3/ <b>G</b> (2szt); Majonez/3/(1szt) Ogórek świeży (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Serek Kiri/7/(2szt); Dżem (1szt) Herbata <b>G</b> (250g)	Jogurt naturalny/7/(1szt)
30.03.2024 SOBOTA	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); Miód(1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Twaróg/7/(100g) C: Mus warz (1szt) Herbata owocowa <b>G</b> (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa szpinakowa /1,7,9/ <b>G</b> (350g) Potrawka z cieciorką /1,7,9/ <b>D</b> (250g) Makaron razowy/1,3/ <b>G</b> (200g) Kefir/7/(1szt)  Kompot <b>G</b> (250g)	Owoc	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Paszтет pieczony (100g) Papryka czerwona (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Polędwica sopocka (70g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g)  Herbata <b>G</b> (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 POSILEK ‘ ‘ Jadłospis dekadowy od 25.03.2024 r. Do 03.04.2024 r. \_**

31.03.2024 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Kiełbasa biała <b>G</b> (100g) Ćwikła (25g); Pomidor (150g) Sernik/1,3,7/ (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Kiełbasa śląska <b>G</b> (100g) D: Keczup (1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) Kakao/7/ <b>G</b> (250g)	Mus owocowo- warzywny	Zupa kalafiorowa /1,7,9/ <b>G</b> (350g) Schab duszony w sosie własnym/1/ <b>D</b> (70/100g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Buraczki z ogórkiem kiszonym <b>G</b> (100g) V: Buraczki <b>G</b> (100g) Kompot <b>G</b> (250g)	Sok pomidorowy	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Filet z indyka (50g) Jajko/3/ <b>G</b> (1szt); Majonez/3/(1szt) Sałata (1/10szt); Jabłko (1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Szyńka got (50g) Herbata <b>G</b> (250g)	Serek homogenizowany naturalny/7/(1szt)
01.04.2024 PONIEDZIAŁEK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Polędwica sopocka (50g) Jajko/3/ <b>G</b> (1szt); Ćwikła (25g) Babka/1,3,7/(200g) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Keczup (1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Schab faszerowany (50g) V: Serek grani/7/(1szt) Kakao/7/ <b>G</b> (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa pomidorowa z makaronem/1,3,7,9/ <b>G</b> (350g) Pieczeń z szynki/1/ <b>D</b> (70/100g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Fasola szparagowa <b>G</b> (100g) Kiwi (1szt) Kompot <b>G</b> (250g)	Sok pomidorowy	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Kiełbasa śląska dr <b>G</b> (100) Musztarda/10/(1szt) Ogórek kiszony (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Keczup (1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Roszponka (1/10szt) Herbata <b>G</b> (250g)	Sok wielowarzywny (1szt)
02.04.2024 WTOREK	Kasza kukurydziana na ml/7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser topiony/7/(50g) Dżem (1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Twaróg/7/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Twaróg/7/(100g) C: Wędlina dr (50g) Herbata owocowa <b>G</b> (250g)	Owoc	Krupnik /1,7,9/ <b>G</b> (350g) Fasola po bretońsku <b>S,D</b> (250g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Gruszka (1szt) D: Gulasz wieprzowy/1/ <b>D</b> (250g) D: Sałata z sosem winegret/10/(1/8szt) Kompot <b>G</b> (250g)	Serek homogenizo wany naturalny /7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szyńka gotowana (50g) Serek Haga/7/(1szt) Papryka czerwona (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Kefir/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 POSIŁEK ‘ ‘ Jadłospis dekadowy od 25.03.2024 r. Do 03.04.2024 r. \_**

<p align="center">03.04.2024 ŚRODA</p>	<p>Płatki owsiane na ml/1,7/<b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Blok tyrolski (50g) Miód (1szt); Rzodkiew (80g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Serek Kiri/7/(1szt) Herbata owocowa <b>G</b> (250g)</p>	<p>Jogurt naturalny/7/</p>	<p>Zupa grochowa /1,7,9/ <b>G</b> (350g) Rumsztyk rybny z cebulką /1,3,4/ <b>S</b> (80g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Surówka wielowarzywna/7,9,10/ (100g) D: Rumsztyk rybny w sosie koperkowym/1,3,4,7/<b>G</b> (80/120g) D: Zupa koperkowa /1,7,9/ <b>G</b> (350g) Kompot <b>G</b> (250g)</p>	<p>Sok pomidorowy</p>	<p>Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Sałatka ziemniaczana z fasolką szparagową i ogórkiem kiszonym/3/(200g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Serek grani/7/(1szt) V: Pomidorki koktajlowe (100g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Szynkowa (50g) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)</p>
--	--	----------------------------	--	-----------------------	--	---

**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**