

„ DOBRY POSIŁEK “ Jadłospis dekadowy od 01.10.2024 r. Do 10.10.2024 r._

Data	Śniadanie	II Śniadanie Dzieci	Obiad	Podwieczorek Dzieci	Kolacja	Kolacja nocna
01.10.2024 WTOREK	Płatki owsiane na mleku/7/G (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: Filet z indyka (50g) Herbata G (250g)	Mus owoc-warz	Zupa pomidorowa z ryżem /1,7,9/ G (350g) Ryba smażona /1,4/ G (90g) Ziemniaki G (200g) Sałatka z rzodkiewki, szczypioru i ogórka świeżego ze śmietaną/7/(100g) D: Ryba w sosie pietruszkowym/1,4,7/G (250g) D: Marchew G (100g) C: Sałatka z rzodkiewki, szczypioru i ogórka świeżego ze śmietaną/7/(100g) Kompot G (250g)	Sok warzywny	Sałatka makaronowa z kurczakiem i warzywami/1,3,9/D (200g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Paszтет sojowy mix/6/(1szt) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)
02.10.2024 ŚRODA	Kasza jaglana na ml/7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa (50g); Serek Tartare/7/(1szt) Ogórek świeży (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Owoc	Zupa porowa /1,7,9/ G (350g) Wątróbka drobiowa z cebulką S (100g) Ziemniaki G (200g) Surówka z kiszonej kapusty (100g) D: Filet dr w sosie/1/D (70/100g) D: Surówka z selera i jabłka/7,9/(100g) Kompot G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/G (2szt); Majonez/3/(1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Szynka gotowana (50g) V: Dżem (1szt) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sok pomidorowy (1szt)
03.10.2024 CZWARTEK	Ryż na mleku/7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Polędwica drobiowa (50g) Dżem (1szt); Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Serek Hochland/7/(1szt) Herbata G (250g)	Sok pomidorowy	Zupa kalafiorowa /1,7,9/ G (350g) Boeuf Strogonow/1/ S,D (250g) Makaron razowy/1,3/ G (200g) Jabłko (160g) D: Gulasz wołowy z jarzynami/1,9/D (250g) Kompot G (250g)	Kefir/7/	Pierogi ruskie/1,3,7/G (200g) Serek homogenizowany naturalny /7/(1szt) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Pasta warzywna łowicz /1,6/ (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/ - tulin / 14/ - mięczaki

UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!

UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się u Kierownika Działu Żywnienia

„ DOBRY POSIŁEK “ Jadłospis dekadowy od 01.10.2024 r. Do 10.10.2024 r._

04.10.2024 PIĄTEK	Makaron na mleku/1,3,7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Blok tyrolski (50g) Miód (1szt) Sałata (1/10szt) ; Jabłko (160g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Sok owocowy	Barszcz czerwony/1,7,9/ G (350g) Śledź w śmietanie/1,4,7/ (80/100g) Ziemniaki G (200g) Surówka z marchwi i pora (100g) D: Ryba w sosie koperkowym/1,4,7/G (250g) D: Surówka z marchewki (100g) Kompot G (250g)	Serek grani/7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ślaska G (100g); Musztarda/10/(1szt) Serek Tartare/7/(1szt) Ogórek kiszony (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Keczup (1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Pomidorki koktajlowe (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Pasta hummus /11/(1szt) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)
05.10.2024 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twarożek z zieleciną/7/(100g) Dżem (1szt) ; Papryka (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Polędwica sopocka (50g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sok warzywny	Zupa ogórkowa/1,7,9/ G (350g) Pulpet w sosie własnym/1,3/ G (80/100g) Ziemniaki G (200g) Surówka z selera i pietruszki/7,9/ (100g) V: Zupa ryżowa/1,7,9/G (350g) Kompot G (250g)	Serek homogenizowany/7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ogonówka (50g); Pomidor (150g) Pasta warzywna/1,6/(80g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Szynekowa z indyka (50g) D: Serek Deliser/7/(1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Sok wielowarzywny (1szt)
06.10.2024 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/ G (2szt) Majonez/3/(1szt) Ogórek świeży (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Szynekowa dr (50g) V: Serek Tartare/7/(1szt) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa z soczewicy z pomidorami/1,7,9/ G (350g) Szynek w sosie/1/ D (70/100g) Kasza jęczmienna/1/ G (200g) Brukselka G (100g) V: Jarzynka/9/ G (100g) Kompot G (250g)	Owoc	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Krakowska (50g); Miód (1szt) Rzodkiew (80g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Polędwica drobiowa (50g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Serek Hochland/7/(1 szt) 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/ - tulin / 14/ - mięczaki

UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!

UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się u Kierownika Działu Żywnienia

„ DOBRY POSIŁEK “ Jadłospis dekadowy od 01.10.2024 r. Do 10.10.2024 r._

07.10.2024 PONIEDZIAŁEK	Zacierka na mleku/1,3,7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Polędwica sopocka (50g) Serek Hochland/7/(1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Serek Deliser/7/(1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Serek wiejski	Krupnik z zieleniną /1,7,9/ G (350g) Bigos D,S (250g) Ziemniaki G (200g) Gruszka (1szt) D:Schab w sosie jarzynowym /1,9/D (70/150g) Kompot G (250g)	Sok pomidorowy	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Parówka z szynki G (100g) Musztarda/10/(1szt) Ogórek kiszony (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Ketchup (1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Pomidorki koktajlowe (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Serek fromage/7/(1szt) D: Bułka paryska/1/(50g) D: Pasta warzywna/1,6/(1szt) C: Chleb razowy/1/(50g)
08.10.2024 WTOREK	Ryż na mleku/7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(60g); Miód (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)	Jogurt naturalny/7/	Żurek /1,7,9/ G (350g) Zraz w sosie pieczarkowym/1,3,7/ D,S (80/120g) Ziemniaki G (200g) Surówka wielowarzywna/7,9,10/(100g) D: Zraz w sosie własnym/1,3/ D (80/100g) Kompot G (250g)	Mus owocowo-warzywny	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pieczeń rzymska (50g); Dżem (1szt) D: Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Szynkowa drobiowa (50g) C: Paprykarz warzywny/6/(1szt) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Kefir/7/(1szt)
09.10.2024 ŚRODA	Makaron na mleku/1,3,7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa (50g) Serek Tartare/7/(1szt) Ogórek Świeży (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Sok pomidorowy	Zupa fasolowa /1,7,9/ G (350g) Potrawka drobiowa /1,7,9/ D (250g) Kasza bulgur/1/ G (200g) Jabłko (160g) D: Zupa ziemniaczana/1,7,9/G (350g) Kompot G (250g)	Serek homogenizowany naturalny /7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta z jaj i kiełbasy/3,6/(100g) Rzodkiew (80g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) V: Szynka pieczona (50g) V: Miód (1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ 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/ - tulin / 14/ - mięczaki

UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!

UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się u Kierownika Działu Żywnienia

„ DOBRY POSIŁEK “ Jadłospis dekadowy od 01.10.2024 r. Do 10.10.2024 r._

10.10.2024 CZWARTEK	Kasza jaglana na mleku/7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Polędwica drobiowa (50g) Dżem (1szt) Sałata(1/10szt); Gruszka (1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Serek Deliser/7/(1szt) Herbata G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa brokułowa /1,7,9/ G (350g) Kotlet schabowy/1,3/ S (90g) Ziemniaki G (200g) Buraczki z ogórkiem kiszonym G (100g) D: Pieczeń ze schabu /1/ D (70/100g) V: Buraczki G (100g) Kompot G (250g)	Sok pomidorowy	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)	Serek wiejski/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