

**„ DOBRY POSILEK “ Jadłospis dekadowy od 11.10.2024 r. Do 20.10.2024 r.\_**

<b>Data</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>II Śniadanie Dzieci</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek Dzieci</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja nocna</b>
11.10.2024 PIĄTEK	Płatki ryżowe na ml/7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa z indyka (50g) Pasta warzywna/1,6/(1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata <b>G</b> (250g)	Mus owoc-warz	Zupa porowa/1,7,9/ <b>G</b> (350g) Spaghetti /1/ <b>S,D</b> (250 g) Makaron razowy/1,3/ <b>G</b> (200g) Jabłko (160g) D: Sos mięsny z warzywami/1,9/ <b>D</b> (250g) Kompot <b>G</b> (250g)	Jogurt naturalny/7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser topiony/7/(50g); Miód (1szt) Papryka (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Twaróg/7/(100g); Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Żywiecka (50g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Blok tyrolski (50g) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)
12.10.2024 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Kiełbasa biała <b>G</b> (100g) Musztarda/10/(1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) D:Parówka z szynki <b>G</b> (100g) D: Ketchup (1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Owoc	Zupa wiejska z makaronem /1,3,7,9/ <b>G</b> (350g) Pulpet drobiowy w sosie pietruszkowym /1,3,7/ <b>G</b> (80/120g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Fasolka szparagowa <b>G</b> (100g)  Kompot <b>G</b> (250g)	Sok warzywny	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Połędwica z warzywami (50g) Serek Deliser/7/(1szt) Ogórek kiszony (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Połędwica sopocka (50g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Pomidorki koktajlowe (100g) Herbata <b>G</b> (250g)	Maślanka/7/(1szt)
13.10.2024 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Blok tyrolski (50g) Dżem (1szt); Rzodkiew (80g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Serek Tartare/7/(1szt) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Sok owocowy	Zupa pomidorowa z ryżem/1,7,9/ <b>G</b> (350g) Karkówka w sosie /1/ <b>D</b> (70/100g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Sałata ze śmietaną/7/(1/8szt) D: Szynka w sosie /1/ <b>D</b> (70/100g) Kompot <b>G</b> (250g)	Kefir/7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/ <b>G</b> (2szt); Majonez/3/(1szt) Papryka czerwona (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Serek grani/7/(1szt) Herbata <b>G</b> (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 Żywnienia**

**„ DOBRY POSIŁEK “ Jadłospis dekadowy od 11.10.2024 r. Do 20.10.2024 r.\_**

14.10.2024 PONIEDZIAŁEK	Płatki owsiane na ml/1,7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twarożek z zieleniną/7/(100g) Miód (1szt); Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Szynkowa (50g) Herbata G (250g)	Sok owocowy	Zupa jarzynowa /1,7,9/ G (350g) Potrawka drobiowa ze szpinakiem i z cieciorką /1,7/ D (250g) Kasza bulgur/1/ G (200g) Jabłko (160g) V: Potrawka drobiowa ze szpinakiem/1,7/D (250g) Kompot G (250g)	Serek grani/7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Schab faszerowany (50g) Serek Deliser/7/(1szt) Ogórek świeży (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Wafle ryżowe (2szt) Pasta warzywna/1,6/ (80g)
15.10.2024 WTOREK	Ryż na mleku/7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta mięsna/9/G (100g) Rzodkiew (80g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Sok warzywny	Zupa po kaszubsku /1,7,9/ G (350g) Kotlet rybny/1,4/ S (90g) Ziemniaki G (200g) Sałatka z ogórka kiszzonego, papryki i cebuli/10/(100g) D: Pulpet rybny w sosie koperkowym /1,4,7/ G (80/120g) D: Jarzynka/9/G (100g) C: Sałatka z ogórka kiszzonego, papryki i cebuli/10/(100g) Kompot G (250g)	Serek homogenizowany/7/	Makaron z szynką i warzywami Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Połudwica sopocka (50g) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)
16.10.2024 ŚRODA	Kasza kukur.na mleku/7/ G(350g) 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: Szynkowa z ind (50g) V: Miód (1szt) Herbata G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa wiejska z zacierką/1,3,7,9/ G (350g) Gulasz wołowy/1/ D (250g) Ziemniaki G (200g) Surówka z kiszonej kapusty i marchewki (100g) D: Buraczki G (100g) C: Surówka z kiszonej kapusty i marchewki (100g) Kompot G (250g)	Owoc	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Paszтет pieczony (50g) Serek Tartare/7/(1szt) Sałata (1/10szt); Gruszka (1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Blok tyrolski (50g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ 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 POSIŁEK ” Jadłospis dekadowy od 11.10.2024 r. Do 20.10.2024 r.\_**

17.10.2024 CZWARTEK	Makaron na mleku/1,3,7/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) Herbata G (250g)	Serek wiejski	Zupa szpinakowa /1,7,9/ G (350g) Kaszanka z cebulką S (100g) Ziemniaki G (200g) Surówka z czerwonej kapusty i marchewki/10/(100g) D: Filet drobiowy w sosie/1/ D (70/100g) D: Surówka z marchewki/7/(100g) Kompot G (250g)	Mus owocowo-warzywny	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta z jaj i kiełbasy/3,6/ (100g) Ogórek kiszony (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Polędwica drobiowa (50g) V; Miód (1szt) V: Pomidorki koktajlowe (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sok pomidorowy (1szt)
18.10.2024 PIĄTEK	Kasza jaglana na ml/7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Blok tyrolski (50g) Serek Deliser/7/(1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Barszcz czerwony/1,7,9/ G (350g) Rumsztyk rybny /1,3,4/ S (90g) Ziemniaki G (200g) Brokuł z marchewką G (100g) D: Rumsztyk rybny w sosie koperkowym /1,3,4,7/ G (80/120g) V: Marchew G (100g) Kompot G (250g)	Sok pomidorowy	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Sałatka jarzynowa/3,7,9,10/(200g) Szynkowa z indyka (50g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Kefir/7/(1szt)
19.10.2024 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pivna (50g); Dżem (1szt) Rzodkiew (80g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Polędwica sopočka (50g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sok warzywny	Zupa kalafiorowa/1,7,9/ G (350g) Potrawka drobiowa /1,7,9/ D (250g) Kasza jęczmienna/1/ G (200g) Jabłko (160g)  Kompot G (250g)	Serek homogenizowany 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) V: Serek grani/7/(1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Pasta z kiełbasy/6/ (50g) D: Bułka paryska/1/(50g) D: Pasta hummus/11/(1szt) 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 Żywności

**„ DOBRY POSIŁEK “ Jadłospis dekadowy od 11.10.2024 r. Do 20.10.2024 r.\_**

20.10.2024 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser topiony/7/(50g); Miód (1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Twaróg/7/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Filet z indyka (50g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa z soczewicy/1,7,9/ G (350g) Schab w sosie /1/ D (70/100g) Ziemniaki G (200g) Jarzynka/9/G (100g) C: Surówka z kapusty kiszzonej (100g)  Kompot G (250g)	Sok pomidorowy	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Krakowska (50g); Serek Tartare/7/(1szt) Ogórek świeży(100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Szynka got (50g); Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) 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 Żywności**