

Jadłospis dekadowy od dnia 21.09.2023 r. Do 30.09.2023 r.

25.09.2023 PONIEDZIAŁEK	Kasza manna na ml/1,7/	350	Sok owocowy	Zupa brokułowa/1,7,9/	350	Serek grani/7/	Chleb pszenno-żytni/1/	100
	Chleb pszenno-żytni/1/	100		Potrąwka dr/1,7,9/	250		Masło naturalne/7/	15
	Masło naturalne/7/	15		Ryż brązowy	200		Ogonówka/ papryka	70/80
	Ser żółty/7// pomidor	60/200		Surówka z marchwi i pora/7/	100		D: Bułka paryska/1/	100
D: Bułka paryska/1/	100	Kompot	250	D: Blok tyrolski/ pomidor	70/200	C: Chleb razowy/1/	100	
D: Twaróg/7/	100					C: Chleb razowy/1/	100	
C: Chleb razowy/1/	100					Kawa ml/7/	250	
Herbata	250							
26.09.2023 WTOREK	Makaron na ml/1,7/	350	Sok warzywny	Zupa z soczewicy/1,7,9/	350	Owoc	Chleb pszenno-żytni/1/	100
	Chleb pszenno-żytni/1/	100		Kotlet mielony z pieczarkami/1,3/	80		Masło naturalne/7/	15
	Masło naturalne/7/	15		Ziemniaki	200		Polędwica z warzywami	70
	Pasta mięsna/9/ rzodkiewka	100/100		Buraczki z ogórkiem kiszonym	100		Pomidor	200
D: Bułka paryska/1/pomidor	100/200	D: Pulpet gotowany w sosie		D: Bułka paryska/1/	100	D: Polędwica dr	70	
C: Chleb razowy/1/	100	pietruszkowym/1,3,7/	80/120	C: Chleb razowy/1/	100	C: Chleb razowy/1/	100	
Herbata	250	V: Gotowane buraczki	100	Kawa ml/7/	250			
		Kompot	250					
27.09.2023 ŚRODA	Kaszka kukur na ml/7/	350	Jogurt naturalny/7/	Żurek/1,7,9/	350	Sok pomidorowy	Chleb pszenno-żytni/1/	100
	Chleb pszenno-żytni/1/	100		Boeuf Strogonow/1/	250		Masło naturalne/7/	15
	Masło naturalne/7/	15		Kasza bulgur/1/	200		Salatka śledziowa/4,10/	200
	Jajko/3// pomidor	2szt/200		Salatka z ogórka świeżego i zieleniny	100		Gruszka	1szt
D: Bułka paryska/1/	100	D: Gulasz wołowy/1/	250	D: Bułka paryska/1/	100	D: Bułka paryska/1/	100	
C: Chleb razowy/1/	100	D: Brokuł gotowany	100	D: Wędlna dr/ sałata/gruszka	70	D: Wędlna dr/ sałata/gruszka	70	
V: Szynka gotowana	70	Kompot	250	C: Chleb razowy/1/	100	C: Chleb razowy/1/	100	
Herbata	250					Kawa ml/7/	250	
28.09.2023 CZWARTEK	Płatki ryżowe na ml/7/	350	Owoc	Zupa kalafiorowa/1,7,9/	350	Serek homogenizowany naturalny/7/	Chleb pszenno-żytni/1/	100
	Chleb pszenno-żytni/1/	100		Spaghetti	250		Masło naturalne/7/	15
	Masło naturalne/7/	15		Makaron razowy/1,3/	200		Ser topiony/7//rzodkiewka	50/30
	Szynkowa /ogórek świeży	70/100		Surówka z selera, jabłka i kukurydzy/7,9/	100		D: Bułka paryska/1/	100
D: Bułka paryska/1/pomidor	100/200	D: Potrąwka dr ze szpinakiem/1,7,9/	250	D: Twaróg/7/ pomidor	100/200	C: Chleb razowy/1/	100	
C: Chleb razowy/1/	100	Kompot	250			C: Chleb razowy/1/	100	
Herbata	250					Kawa ml/7/	250	

Dział Żywnienia
Dietetyk
Olivia Sobucka

Kierownik Działu Żywnienia
mgr Małgorzata Prószyńska
specjalista ds dietetyki i poradnictwa żywieniowego

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/- siarczyn /13/- łubin /14/- mięczaki

LEGENDA: D: Dieta lekka V: Dieta wątrobowa, trzustkowa C: Dieta cukrzycowa

UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!
UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się u Kierownika Działu Żywnienia

Jadłospis dekadowy od dnia 21.09.2023 r. Do 30.09.2023 r._

29.09.2023 PIĄTEK	Zacierka na ml/1,3,7/	350	Sok warzywny	Zupa fasolowa/1,7,9/	350	Owoc	Chleb pszenno-żytni/1/	100
	Chleb pszenno-żytni/1/	100		Pulpet rybny w sosie			Chleb pszenno-żytni/1/	100
	Masło naturalne/7/	15		koperkowym/1,3,4,7/	80/120		Masło naturalne/7/	15
	Polędwica dr/ sałata/jabłko	70		Ziemniaki	200		Piwna/ papryka	70/100
	D: Bułka paryska/1/	100		Surówka wielowarzywna/7,9,10/	100		D: Bułka paryska/1/	100
	C: Chleb razowy/1/	100		D: Zupa ziemniaczana/1,7,9/	350		D: Szynkowa dr/ pomidor	70/200
	Herbata	250		Kompot	250		C: Chleb razowy/1/	100
						Kawa ml/7/	250	
30.09.2023 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/	100	Serek grani/7/	Barszcz czerwony/1,7,9/	350	Sok owocowy	Chleb pszenno-żytni/1/	100
	Masło naturalne/7/	15		Gulasz wieprzowy w sosie wł/1/	250		Masło naturalne/7/	15
	Parówka dr/pomidor	100/200		Kasza jęczmienna/1/	200		Jajko/3//ogórek kiszony	2szt/100
	Musztarda/10/	1szt		Surówka z selera i jabłka/7,9/	100		D: Bułka paryska/1/	100
	D: Bułka paryska/1//keczup	100/1szt		Kompot	250		C: Chleb razowy/1/	100
	C: Chleb razowy/1/	100					V: Filet z ind/ sałata rzymska	70
	Kawa ml/7/	250					Herbata	250

Dział Żywienia
Dietetyk
Sobucka
Olivia Sobucka

Kierownik Działu Żywienia
Prószczyńska
mgr Małgorzata Prószczyńska
specjalista ds dietetyki i poradnictwa żywieniowego

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

LEGENDA: D: Dieta lekka V: Dieta wątrobowa, trzustkowa C: Dieta cukrzycowa

UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!

UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się u Kierownika Działu Żywienia

Jadłospis dekadowy od dnia 21.09.2023 r. Do 30.09.2023 r._

Data	Śniadanie	g	II Śniadanie Dzieci	Obiad	g	Podwieczerek Dzieci	Kolacja	g
21.09.2023 CZWARTEK	Płatki owsiane na ml/1,7/ Chleb pszenno-żytni/1/ Masło naturalne/7/ Jajko/3// sałata Jabłko D: Bułka paryska/1/ C: Chleb razowy/1/ V: Szynka gotowana Herbata	350 100 15 2szt 1szt 100 100 70 250	Jogurt naturalny/7/	Krupnik po kaszubsku/1,7,9/ Kurczak pieczony/1/ Ziemniaki Marchewka z groszkiem D: Kurczak duszony w sosie wł/1/ C, V: Sałata ze śmietaną/7/ Kompot	350 150/100 200 100 150/100 100 250	Owoc	Chleb pszenno-żytni/1/ Masło naturalne/7/ Krakowska/ papryka D: Bułka paryska/1/ D: Szynkowa/ pomidor C: Chleb razowy/1/ Kawa ml/7/	100 15 70/100 100 70/200 100 250
22.09.2023 PIĄTEK	Ryż na ml/7/ Chleb pszenno-żytni/1/ Masło naturalne/7/ Szynkowa dr/ rzodkiew D: Bułka paryska/1/ D: Pomidor C: Chleb razowy/1/ Herbata	350 100 15 70/80 100 200 100 250	Sok pomidorowy	Zupa porowa/1,7,9/ Ryba smażona/1,4/ Ziemniaki Surówka z kapusty białej i ogórka św/10/ D: Ryba gotowana w sosie koperkowym/1,4,7/ D: Surówka z marchwi/7/ Kompot	350 90 200 100 250 100 250	Kefir/7/	Chleb pszenno-żytni/1/ Masło naturalne/7/ Twaróg z zieleniną/7/ Pomidor D: Bułka paryska/1/ C: Chleb razowy/1/ Kawa ml/7/	100 15 100 200 100 100 250
23.09.2023 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/ Masło naturalne/7/ Ślaska/ sałata/ brzoskwinia Musztarda/10/ D: Bułka paryska/1/ D: Keczup C: Chleb razowy/1/ Kawa ml/7/	100 15 100 1szt 100 1szt 100 250	Owoc	Zupa pomidorowa z makaronem/1,3,7,9/ Rumszyk dr gotowany w sosie wł/1/ Ziemniaki Fasolka szparagowa Kompot	350 80/100 200 100 250	Sok warzywny	Chleb pszenno-żytni/1/ Masło naturalne/7/ Blok tyrolski/ ogórek kiszony D: Bułka paryska/1/ C: Chleb razowy/1/ V: Pomidorki koktajlowe Herbata	100 15 70/100 100 100 100 250
24.09.2023 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/ Masło naturalne/7/ Połędwica dr/ pomidor D: Bułka paryska/1/ C: Chleb razowy/1/ Kawa ml/7/	100 15 70/200 100 100 250	Serek homogenizowany naturalny/7/	Zupa jarzynowa/1,7,9/ Szynka duszona/1/ Ziemniaki Buraczki gotowane C: Buraki z kapustą kiszoną Kompot	350 70/100 200 100 100 250	Owoc	Chleb pszenno-żytni/1/ Masło naturalne/7/ Jajko/3// ogórek świeży D: Bułka paryska/1//pomidor C: Chleb razowy/1/ V: Filet z ind Herbata	100 15 2szt/100 100/200 100 70 250

Dział Żywnienia
Dietetyk
Olivia Sobuczka

mgr Małgorzata Prószyńska
specjalista ds dietetyki i poradnictwa żywieniowego

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/- siarczyn /13/- łubin /14/- mięczaki

LEGENDA: D: Dieta lekka V: Dieta wątrobowa, trzustkowa C: Dieta cukrzycowa

UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!

UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się u Kierownika Działu Żywnienia