

JADŁOSPIS JESIEŃ TYDZIEŃ 4

	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE, ŚNIADANIE II	Płatki orkiszowe z orzechami (1,7,8)	250ml	Kasza manna na mleku (1,7)	250 ml	Ryż na mleku (1,7)	250ml	Makaron na mleku (1,3,7)	250ml	Mleko (7)	200ml
	Herbata lub kawa inka (1,7)	200ml	Herbata lub kawa inka (1,7)	200ml	Herbata lub kawa inka (1,7)	200ml	Herbata lub kawa inka (1,7)	200ml	Płatki kukurydziane (1)	20g-25g
	Bułki grahamki (1,11)	70g/ 2 szt	Bułki grahamki (1,11)	70g/ 2 szt	Bułki grahamki (1,11)	70g/ 2 szt	Bułki grahamki (1,11)	70g/ 2 szt	Herbata lub kawa inka (1,7)	200ml
	Pieczywo ciemne (1,11)	70g	Pieczywo ciemne (1,11)	70g	Pieczywo ciemne (1,11)	70g	Pieczywo ciemne (1,11)	70g	Bułki grahamki (1,11)	70g/ 2 szt
	Masło (7)	20g	Masło (7)	20g	Masło (7)	20g	Masło (7)	20g	Pieczywo ciemne (1,11)	70g
	Serek fromage (7)	60g	Kiełbaski drobiowe cienkie (6,10)	150g-180g	Ser wiejski (własnej roboty) (7)	80g	Schab pieczony (1,6,9,10)	40g	Masło (7)	20g
	Półdewica sopocka (1,6,9,10)	40g	Ser żółty (6)	50g	Szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10)	50g	Serek toska (7)	60g	Jajko gotowane(3)	2szt
	Pomidor	40g	Ogórek	40g	Sałata	15g	Ogórek kwaszony (10)	40g	Sałata	20g
	Owoc sezonowy	100g-150g	Ketchup (1,10)	15g	Rzodkiewka	30g	Sałata	20g	Pomidor	30g
			Owoce suszone (12)	50g	Owoc sezonowy	100g-150g	Owoce suszone (12)	50g	Dżem niskosłodzony	30g
									Owoc sezonowy	100g-150g
OBIADY	Krem marchewkowo porowy z groszkiem ptysiowym z natką pietruszki (1,7,9)	300ml	Zupa węgierska (1,9)	300ml	Zupa grochowa (1,,9)	300ml	Zupa kalafiorowa z koperkiem(1,7,9)	300ml	Zupa wiejska(1,9)	300ml
	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki (1,9)	300ml	Krem z dyni z gzrankami i natką pietruszki (1,3,7,9)	300ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki(1,3,7,9)	300ml	Biało zielony krem selerowy z porzem i natką pietruszki(1,7,9)	300ml	Barszcz czerwony z koperkiem (1,7,9)	300ml
	Spagetti Bolone (makaron z mąki durum 200g, sos 180g) (1,3,7)	380g	Bitka wieprzowa w sosie maślano pietruszkowy (1,7)	120/100g	Gołąbki po węgiersku (1)	220g-250g	Filet rybny panierowany w sezamie (1,3,4,11)	120g	Naleśniki z serem (1,3,7)	180g-200g
	Kompot	200 ml	Ryż kolorowy	200g	Sos pieczarkowy (1,7)	100g	Ziemniaki z koperkiem	200g	Polewa owocowa (7)	100ml
	Owoc sezonowy	100g-150g	Surówka z kapusty włoskiej	100g	Ziemniaki z koperkiem	200g	Surówka z kapusty białej, ogórka kwaszonego i kukurydzy (10)	100g	Owoc sezonowy	100g-150g
			Buraczki	100g	Kompot	100g	Surówka z czerwonej kapusty	100g	Kompot	200 ml
			Kompot	200 ml	Owoc sezonowy	100g-150g	Kompot	200 ml		
		Owoc sezonowy	100g-150g			Owoc sezonowy	100g-150g			
KOLACJA	Chleb zwykły i wieloziarnisty(1,11)	180g	Chleb zwykły i wieloziarnisty(1,11)	180g	Chleb zwykły i wieloziarnisty(1,11)	180g	Chleb zwykły i wieloziarnisty(1,11)	180g	Chleb zwykły i wieloziarnisty(1,11)	180g
	Masło (6)	20g	Masło (6)	20g	Masło (6)	20g	Masło (6)	20g	Masło (6)	20g
	Szynka drobiowa (1,6,9,10)	40g	Toska z rzodkiewką (7)	100g	Jajko gotowane(3)	100g	Półdewica drobiowa (1,6,9,10)	50g	Serek toska(7)	100g
	Ser żółty (6)	80g	Kiełbasa krakowska (1,6,9,10)	50g	Półdewica sopocka (1,6,9,10)	50g	Sałatka wielowarzywna z dipem ziołowym	150g	Pomidor	30g
	Ogórek	40g	Papryka	30g	Pomidor	40g	Pomidor	30g		
	Herbata	200ml	Sałata	20g	Sałata	20g	Herbata	200ml		
			Herbata	200ml	Herbata	200ml				
<p>ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.: dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składniki mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3.jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne,8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.</p>										

