

JADŁOSPIS

ważny od 20.11. do 24.11.2023

Śniadanie	Poniedziałek 20.11.2023 obiad	Podwieczorek
płatki jaglane na mleku 200 ml (7) chleb żytni z dynią 35 g (1) masło 5 g (7) szynka tradycyjna 20 g sałata 5 g, kalarepa 20 g, pomidor 20 g drugie śniadanie: jabłko 100 g	zupa marchwianka z ziemniakami 250 ml (9) drugie danie: kasza jęczmienna 30 g sznycel wieprzowy 60 g surówka z ogórka kiszzonego, kukurydzy, jabłka, szczypiorku 80 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	koktajl truskawkowy na bazie kefiru 150 g (7) bułka maślana z masłem 50g
Śniadanie	Wtorek 21.11.2023 obiad	Podwieczorek
płatki owsiane 150 ml (7) chleb kanapkowy 35 g (1) masło 5 g (7) szynka drobiowa 20 g cykoria 10 g, papryka 20 g, ogórek 20 g drugie śniadanie: sok wyciskany 150 ml	zupa grochowa 250 ml (9) drugie danie: pierogi z serem 150 g (1,3,7) polewa jogurtowa 30 g (7) kompot z owoców mieszanych 200 ml	napar z herbaty 200 g chleb gruboziarnisty 35 g (1) masło 5 g (7) żywiecka 20 g sałata 10 g, rzodkiewka 10 g mandarynka 50 g
Śniadanie	Środa 22.11.2023 obiad	Podwieczorek
kakao na mleku 200 ml (7) chleb wieloziarnisty 35 g (1) masło 5 g (7) twarożek z brzoskwinia 20 g (7) pomidorki koktajlowe 10 g, kalarepa 10 g drugie śniadanie: gruszka 100 g	Zupa ogórkowa 250 ml (9) drugie danie: ziemniaki 150 g kotlet mielony z cielęciny 80 g (1,3) marchewka z groszkiem 80 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	kisiel z owoców mrożonych 200 ml chałka z masłem 35 g
Śniadanie	Czwartek 23.11.2023 obiad	Podwieczorek
kasza manna 150 ml (7) pieczywo żytnie ze słonecznikiem 35 g (1) masło 5 g (7) ser żółty 20 g (7) sałata 5 g, pomidor 20 g, papryka 10 g drugie śniadanie: banan 100 g	zupa pieczarkowa z ziemniakami 250 ml (7,9) drugie danie: ryż paraboliczny 30 g gulasz z indyka 60 g sałata z rzodkiewką, ogórkiem, oliwa z oliwek 50 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	herbatka owocowa 200 g jabłko zapiekane z miodem i migdałami 200 g
Śniadanie	Piątek 24.11.2023 obiad	Podwieczorek
kawa na mleku 200 ml (7) chleb miodowy 35 g (1) masło 5 g (7) parówka odtłuszczona 50 g, sałatka z pomidora 50 g, szczypior drugie śniadanie: pomarańcza 100 g	krupnik 250 ml (9) drugie danie: makaron z pulpecikami z miruny w kremowym sosie koperkowym z mascarpone 120 g fasolka szparagowa zielona 50 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	kakao na mleku 200 ml bułka orkiszowa z masłem 50 g dżem niskosłodzony 20 g

Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady