

JADŁOSPIS
ważny od 31.03. do 04.04.2025

Śniadanie	Poniedziałek 31.03.2025 obiad	Podwieczorek
płatki kukurydziane na mleku 200 ml (7) chleb wieloziarnisty 35g (I) z masłem 5 g (7) szynka z indyka 20 g, cykorja 20 g, ogórek kiszony 20 g, pomidor 20 g drugie śniadanie: jabłko 100 g	zupa pomidorowa z makaronem 250 ml (7,9) drugie danie: ziemniaki 150 g gulasz po meksykańsku 60 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	karotka 150 g chałka 35 g z masłem 5 g (7)
Śniadanie	Wtorek 01.04.2025 obiad	Podwieczorek
płatki owsiane 200 ml (7) chleb razowy 35 g (I) masło 5 g (7) szynka tradycyjna 20 g, sałata 5 g, pomidor 20 g, rzodkiewka 10 g drugie śniadanie: sok świeżo wyciskany 200 ml	zupa gulaszowa 250 ml (7,9) drugie danie: makaron wstążka 40 g (I) z serem białym 50 g (7) i polewą jogurtowo-truskawkową 50 g (7) kompot z owoców mieszanych 200 ml	herbatka miodowo-imbirowa 200 ml chleb orkiszowy 35 g z masłem 5 g (I,7) pasta jajeczna 20 g (3) ogórek kiszony 10 g, papryka 20 g mandarynka 80 g
Śniadanie	Środa 02.04.2025 obiad	Podwieczorek
płatki jaglane 200 ml (7) chleb kanapkowy 40 g (I) z masłem 5 g (7) ser żółty 20 g (7) sałata 5 g, ogórek kiszony 20 g, rzodkiewka 20 g drugie śniadanie: gruszka 100 g	zupa ogórkowa 250 ml (7,9) drugie danie: ryż basmatti 40 g bitka z indyka 60 g surówka: brokuł, pomidor, sos jogurtowo-czosnkowy 80 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	napar z herbaty z cytryną 200 ml zapiękanek hawajskie: chleb tostowy 25 g (I), ser żółty 20 g (7), szynka konserwowa, keczup 10 g
Śniadanie	Czwartek 03.04.2025 obiad	Podwieczorek
kakao na mleku 200 ml (7) chleb żytni ze słonecznikiem 35 g (I) z masłem 5 g (7) twarożek waniliowy 50 g (7) pomidorki koktajlowe 10 g, ogórek słupek 10 g drugie śniadanie: melon 80 g	barszcz czerwony 250 ml (7,9) drugie danie: kasza jaglana 30 g (I) chilii con carne: mięso wołowe, fasolka szparagowa, groszek, marchewka, pomidory, cebula, natka pietruszki 100 g mix sałat z pomidorkami, rzodkiewką, fetą i sosem vinegret 30g (10) kompot z owoców mieszanych 200 ml	kefir z truskawkami 150 ml (7) wafel kukurydziany
Śniadanie	Piątek 04.04.2025 obiad	Podwieczorek
kawa na mleku 200 ml (7) chleb żytni z dynią 35 g (I) z masłem 5 g (7) połudwica sopocka tradycyjna 20 g, sałata 5 g, pomidor 10 g, szczypiorek drugie śniadanie: banan 200 g	żurek z jajkiem i ziemniakami 250 ml (9) drugie danie: ziemniaki 150 g Kotlet z ryby 70 g surówka z kapusty kiszonej 70 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	kakao na mleku 200 ml (7) ciasteczka owsiane domowy wypiek 60 g,

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