

Jadłospis

ważny od 15-04-2024 do 19-04-2024

Poniedziałek

Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku (200g), pieczywo mieszane (35 g) z masłem (6 g), salami (15 g), sałata i ogórek kiszony (30g), herbata rumiankowa (150ml). 2 - śniadanie - gruszka (80-100 g) alergeny - 1,7
Obiad	Zupa szpinakowa na mięsie (250 ml), szynka w sosie śmietanowo- chrzanowym (120 g), kasza pęczak (100 g), surówka z ogórka kiszzonego i papyrki (100 g), rumianek/woda (150 ml). alergeny - 1,7,9
Podwieczorek	Bułka grahamka (35 g), masło (5g), pasta jajeczna (30 g), rzodkiewka i szczypiorek (30 g), kakao (150 ml), banan (70 g). alergeny - 1,3,7

Wtorek

Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Pieczywo mieszane (60 g), masło (6 g), szynka krucha (15 g), ser żółty (10 g), sałata i pomidor (30 g), kawa mleczna (150 ml). 2- śniadanie - jabłko (80-100 g) alergeny - 1,7
Obiad	Rosół z makaronem i natką pietruszki (250 ml), udko kurczaka z ryżem w białym sosie (250 g), marchewka gotowana z koperkiem (100 g), mięta/woda (150ml). alergeny - 1,7,9
Podwieczorek	Budyń śmietankowy z sosem malinowym (200 g), herbatniki (30ml), kiwi(70 g). alergeny - 1,7

Środa

Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Klusieczki lane na mleku (200 g), pieczywo mieszane (35 g) z masłem (6 g), polędwica sopocka (15 g), sałata i ogórek zielony (30 g), herbata z cytryną (150 ml). 2 - śniadanie - jabłko (80-100g) alergeny - 1,7
Obiad	Zupa ziemniaczana na mięsie (250 ml), zapiekanka brokułowa z kurczakiem w sosie serowym z makaronem (250 g), mix sałat z sosem winegret (100 g), kompot owocowy/woda (150 ml). alergeny - 1,7,9
Podwieczorek	Ciasto jogurtowe z kruszonką - wypiek własny (150 g), pomarańcza (70 g), herbatka truskawkowo - poziomkowa (150ml). alergeny - 1,3,7,9

Czwartek

Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Pieczywo mieszane (60 g) z masłem (6 g), salami (15 g), jajko (10 g), sałata i ogórek kiszony (30 g), kakao (150 ml). 2- śniadanie - gruszka (80-100 g) alergeny - 1,3,7
Obiad	Kapuśniak ze słodkiej kapusty na mięsie (250 ml), kotlety ziemniaczane z sosem pieczarkowym (250g), surówka z sałaty lodowej (100g), lemoniada/woda (150 ml). alergeny - 1,3,7,9
Podwieczorek	Pieczywo razowe ze słonecznikiem (35 g), masło (5g), pasata z makreli (30 g), herbata owocowa (150ml), jabłko (70 g). alergeny - 1,4,7

Piątek

Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Płatki orkiszowe na mleku (200 g) pieczywo mieszane (35 g) z masłem (6 g), kiełbasa szynkowa (15 g), sałata i papryka czerwona (30 g), herbata z cytryną (150 ml). 2-śniadanie- banan (80-100 g) alergeny - 1,7
Obiad	Zupa ryżowa na mięsie (250 ml), pulpety wieprzowo- drobiowy w sosie pomidorowym (100 g), ziemniaki (150 g), surówka z kapusty pekińskiej, ogórkiem i koperkiem (100 g), kompot owocowy/woda (150 ml). alergeny - 1,3,7,9
Podwieczorek	Maślanka truskawkowa - wyrób własny (200 ml), biszkopty (30g), jabłko (70g). alergeny - 1,7