

JADŁOSPIS 2017 r – Listopad I

<p><b><u>Poniedziałek</u></b>  <b><u>Śniadanie I: 1,7, 10</u></b>                  Bułeczka grahamka z masłem, serkiem topionym, rzodkiewką, ogórkiem świeżym. Kakao z mlekiem.                  Bułeczka grahamka z masłem roślinnym, pasztetem, rzodkiewką, ogórkiem świeżym. Herbata z kopru włoskiego.</p>	<p><b><u>Wtorek</u></b>  <b><u>Śniadanie I: 1,3,4,6,7, 10</u></b>                  Płatki jaglane z mlekiem. Chleb zwykły, litewski z masłem, pastą z tuńczyka i jajek z ogórkiem kiszonym, pomidorem malinowym. Płatki jaglane z napojem migdałowym. Chleb zwykły, litewski z masłem roślinnym, pasta z tuńczyka, ogórka kiszzonego, pomidor malinowy.</p>	<p><b><u>Środa</u></b>  <b><u>Śniadanie I: 1,7,10</u></b>                  Sam sobie zrobię śniadanie: Chleb zwykły, razowy z masłem., pomidor koktajlowy, ogórek świeży, papryka, rzodkiewka ,natka pietruszki, ser żółty, ser twarogowy, kiełki rzodkiewek szynka biała indyka, kiełbasa żywiecka, szynka swojska. Kawa inka z mlekiem. Herbata z żurawinowa..</p>	<p><b><u>Czwartek</u></b>  <b><u>Śniadanie I: 1,7,</u></b>                  Bułeczka z masłem i twarogiem. Mleko.                  Bułeczka z masłem, szynką swojską, pomidorem.                  Herbata lipowa.</p>	<p><b><u>Piątek</u></b>  <b><u>Śniadanie I: 1,7,</u></b>                  Płatki ryżowe z mlekiem. Chleb zwykły, wileński z masłem, pastą z kurczaka, rzodkiewką, ogórkiem świeżym, papryką.                  Herbata owocowa.</p>
<p><b><u>Śniadanie II: 7</u></b>                  Serek waniliowy.                  Deser kokosowy.                  Herbata z cytryną. Winogrono.</p>	<p><b><u>Śniadanie II: 1, 3,7</u></b>                  Rogal maślany. Mleko.                  Herbata lipowa. Gruszka.</p>	<p><b><u>Śniadanie II:</u></b>                  Sok 100% z czarnej porzeczki.                  Snaki popkornowe.</p>	<p><b><u>Śniadanie II: 7</u></b>                  Jogurt naturalny grecki z bananami. Chrupki kukurydziane..</p>	<p><b><u>Śniadanie II: 1,7.</u></b>                  Owsianka z musem truskawkowym</p>
<p><b><u>Obiad: 3,7,9,</u></b>                  Zupa pomidorowa z ryżem, śmietana, natką pietruszki. Filet z kurczaka w panierce.                  Ziemniaki.                  Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi, jabłek, kukurydzy w sosie jogurtowo-majonezowym.. Kompot wieloowocowy. Banan.</p>	<p><b><u>Obiad: 1, 9,</u></b>                  Kapuśniak z kiszonej kapusty Gulasz z szynki wieprzowej z warzywami w sosie własnym. Kasza pęczak na sypko. Jarzynka z buraków i jabłek. Kompot wiśniowy. Jabłko.</p>	<p><b><u>Obiad:</u></b> 1,3,7,9,                  Zupa jarzynowa z natką pietruszki. Tort naleśnikowy z twarogiem i musem truskawkowym. Marchew do chrupania. Mandarynka.                  Kompot z czarnej porzeczki.</p>	<p><b><u>Obiad:</u></b> 1, 7,9                  Zupa fasolowa z ziemniakami.                  Udko z kurczaka pieczone.                  Ryż brązowy na sypko. Sałata lodowa, rzodkiewka, szczypior, śmietana. Kompot truskawkowy. Owoc kiwi.</p>	<p><b><u>Obiad: 1,3,4, 9</u></b>                  Zupa krupnik z natką pietruszki. Polędwiczki z dorsza atlantyckiego w panierce. Ziemniaki z koperkiem. Surówka z czerwonej kapusty, jabłek w sosie jogurtowo-majonezowym. Kompot wieloowocowy. Jabłko..</p>

Woda niegazowana dostępna codziennie

Alergeny występujące w posiłkach:

- |                                   |                                  |  |
|-----------------------------------|----------------------------------|--|
| 1. Zboża zawierające gluten       | 6. Soja i produkty pochodne      | 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne |
| 2. Skorupiaki i produkty pochodne | 7. Mleko i produkty pochodne     | 12. Dwutlenek siarki                   |
| 3. Jaja i produkty pochodne       | 8. Orzechy                       | 13. Łubin                              |
| 4. Ryby i produkty pochodne       | 9. Seler i produkty pochodne     | 14. Mięczaki                           |
| 5. Orzeszki ziemne ( arachidowe)  | 10. Gorczyca i produkty pochodne |  |

JADŁOSPIS 2017 r – Listopad II

<p><b><u>Poniedziałek</u></b>  <b><u>Śniadanie I: 1,7, 10</u></b>                  Bułeczka grahamka z masłem, pasztetem, ogórkiem kiszonym, rzodkiewką. Bawarka.</p>	<p><b><u>Wtorek</u></b>  <b><u>Śniadanie I: 1,3,7, 10</u></b>                  Chleb zwykły, litewski z masłem, jajkiem na twardo podanym na sałacie w sosie majonezowo- jogurtowym, papryka, rzodkiewka. Kawa Inka z mlekiem. Herbata miętowa.</p>	<p><b><u>Środa</u></b>  <b><u>Śniadanie I: 1,3,7,10</u></b>                  Sam sobie zrobię śniadanie:                  Chleb zwykły, litewski z masłem, pomidor koktajlowy, sałata losowa, kiełki warzyw, rzodkiewka, ogórek świeży, papryka, ser żółty, szynka, filecik bez wędzenia, kiełbasa krakowska sucha. Kakao z mlekiem. Herbata rumiankowa.</p>	<p><b><u>Czwartek</u></b>  <b><u>Śniadanie I: 1,3,7,10</u></b>                  Bułeczka grahamka z masłem, serem żółtym, pomidorem malinowym, ogórkiem. Kawa z mlekiem. Bułeczka grahamka z masłem, wędliną, pomidorem malinowym, ogórkiem świeżym. Herbata lipowa.</p>	<p><b><u>Piątek</u></b>  <b><u>Śniadanie I: 1, 7,3</u></b>                  Chleb zwykły, wileński z masłem, pastą z makreli wędzonej i jajek, ogórek kiszony, papryka, rzodkiewka, Zacierka babuni z mlekiem. Herbata z kopru włoskiego.</p>
<p><b><u>Śniadanie II: 1, 7</u></b>                  Owsianka z musem truskawkowym.</p>	<p><b><u>Śniadanie II:</u></b>                  Sałatka owocowa z bakaliami. Woda z cytryną.</p>	<p><b><u>Śniadanie II: 7</u></b>                  Płatki cini- minis z mlekiem. Owoce.</p>	<p><b><u>Śniadanie II: 7</u></b>                  Serek waniliowy. Mus owocowy. Wafle kukurydziane. Mandarynka.</p>	<p><b><u>Śniadanie II: 1,7.</u></b>                  Kasza manna z sokiem malinowym..</p>
<p><b><u>Obiad: 1,3,7,9,</u></b>                  Zupa krem z dyni z grzankami ziołowymi. Pizza z szynką, papryką, kukurydzą, serem żółtym. Ogórek świeży, marchew do chrupania. Kompot z czarnej porzeczki, gruszka.</p>	<p><b><u>Obiad: 1,3, 7, 9, 10</u></b>                  Ryżanka na rosole z natką pietruszki. Pieczeń rzymska, wołowo- wieprzowa z pieca. Ziemniaki. Mizeria z ogórka, koperku z jogurtem naturalnym. Jabłko. Kompot wiśniowy.</p>	<p><b><u>Obiad: 1,3,7,9,</u></b>                  Kapuśniak z białej kapusty. Makaron razowy z twarogiem i truskawkami z bitą śmietaną. Marchew do chrupania. Owoce. Kompot wieloowocowy.</p>	<p><b><u>Obiad: 1,3, 7,9</u></b>                  Zupa wiejska z zacierką i natką pietruszki. Pulpety z indyka w sosie koperkowym. Kasza bulgur na sypko. Sałatka z ogórka kiszzonego, marchwi, jabłek. Winogrono. Kompot truskawkowy.</p>	<p><b><u>Obiad: 1,3,,9</u></b>                  Zupa szczawiowa z jajkiem, kaszą jęczmienną, śmietana. Hod- dogi z parówką z szynki 98% mięsa, ketchup, ogórek świeży, sałata. Kompot owocowy. Jabłko.</p>

Woda niegazowana dostępna codziennie

Alergeny występujące w posiłkach:

6. Zboża zawierające gluten
7. Skorupiaki i produkty pochodne
8. Jaja i produkty pochodne
9. Ryby i produkty pochodne
10. Orzeszki ziemne (arachidowe)

6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne

11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki