

JADŁOSPIS 2018r – Październik I

<p><u>Poniedziałek 1, 7,</u> <u>Śniadanie I:</u> Bułeczka z masłem, serkiem topionym, pomidor malinowy, ogórek świeży. Kakao z mlekiem. Herbata lipowa.</p>	<p><u>Wtorek 1,3,6,7,4</u> <u>Śniadanie I:</u> Chleb zwykły, razowy z masłem, pasta z jajek i tuńczyka, ogórek kiszony, rzodkiewka. Płatki ryżowe z mlekiem.</p>	<p><u>Środa 1, 6, 7, 10</u> <u>Śniadanie I:</u> Sam sobie zrobię śniadanie: Chleb zwykły, wileński z masłem. Sałata, pomidor koktajlowy, ogórek świeży, rzodkiewka, papryką, kiełki ,natka pietruszki, ser żółty ,kielbasa żywiecka, nasza szynka, filecik bez wędzenia/ Kawa zbożowa z mlekiem. Herbata z melisy.</p>	<p><u>Czwartek 1,7, 6</u> <u>Śniadanie I:</u> Bułeczka grahamka z masłem, serkiem twarogowym, rzodkiewką , ogórkiem świeżym. Kawa zbożowa z mlekiem. Herbata lipowa.</p>	<p><u>Piątek 1, 7, 10</u> <u>Śniadanie I:</u> Chleb zwykły, litewski z masłem, szynką białą, sałata, pomidor, Zacierka babuni z mlekiem.</p>
<p><u>Śniadanie II:</u> Mus jabłkowo-brzoskwiniowy. Ciastko owsiane.</p>	<p><u>Śniadanie II: 7,1</u> Bułeczka jagodzianka. Mleko. Herbata malinowa.Owoce.</p>	<p><u>Śniadanie II: 7</u> Jogurt naturalny grecki z bananami. Wafle ryżowe.</p>	<p><u>Śniadanie II: , 7</u> Serek waniliowy. Deser kokosowy. Chrupki kukurydziane. Herbata z cytryną. Owoce.</p>	<p><u>Śniadanie II: 7</u> Budyń z kaszy jaglanej z sokiem malinowym. Owoce.</p>
<p><u>Obiad: 1, 3, 7,9</u> Zupa szpinakowa z jajkiem, kaszą jęczmienną i śmietaną. Potrawka z kurczaka w sosie koperkowym. Ryż brązowy na sypko. Sałatka z pomidora. Kompot z czarnej porzeczki. Owoce.</p>	<p><u>Obiad: 1,7, 9,3</u> Zupa pieczarkowa z makaronem, śmietaną i natką pietruszki. Kotlet pożarski z indyka. Ziemniaki z koperkiem.. Surówka z czerwonej kapusty, jabłek, kukurydzy w sosie jogurtowo-majonezowym. Kompot wiśniowy. Owoce.</p>	<p><u>Obiad: 1,9, 10</u> Zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki. Makaron z pszenicy durum z kiełbasą i cebulą. Ketchup Ogórek świeży, papryka. Kompot truskawkowy. Owoce.</p>	<p><u>Obiad: 1,3,9</u> Zupa wiejska z zacierką i natką pietruszki. Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym. Ziemniaki z koperkiem. Kompot wieloowocowy. Owoce.</p>	<p><u>Obiad: 1, 3,7,9,4</u> Zupa pomidorowa z makaronem, śmietaną i natką pietruszki Polędwiczki z dorsza atlantyckiego w panierce. Ziemniaki z koperkiem. Surówka z białej rzepy, marchwi w sosie vinegre. Kompot jabłkowo-śliwkowy. Owoce.</p>

JADŁOSPIS 2018r – Październik II

<p><u>Poniedziałek 1, 7,3</u> <u>Śniadanie I:</u> Chleb zwykły, litewski z masłem, jajecznica ze szczypiorkiem, pomidor koktajlowy, papryka. Kawa Inka z mlekiem, herbata rumiankowa.</p>	<p><u>Wtorek 1, ,6,7,</u> <u>Śniadanie I:</u> Bułeczka wyborowa z masłem, serem żółtym, pomidor malinowy, ogórek świeży, Makaron z mlekiem. Herbata z kopru włoskiego.</p>	<p><u>Środa 1, 6, 7, 10,3</u> <u>Śniadanie I:</u> Sam sobie zrobię śniadanie: Chleb zwykły, wileński z masłem. Sałata, pomidor koktajlowy, ogórek świeży, rzodkiewka, papryką, kiełki warzyw,natka pietruszki, ser żółty , jajko na twardo,kielbasa krakowska sucha, szynka swojska,</p>	<p><u>Czwartek 1,3,7, 6</u> <u>Śniadanie I:</u> Bułeczka grahamka z masłem, pastą z jajek, rzodkiewki i szczypiorku. Kasza kus-kus na mleku. Herbata owocowa.</p>	<p><u>Piątek 1, 7, 10</u> <u>Śniadanie I:</u> Chleb zwykły, litewski z masłem, pomidor malinowy, ogórek kiszony. Parówki z szynki 98% mięsa, ketchup Kawa zbożowa z mlekiem, herbata z kopru włoskiego.</p>
---	--	--	---	---

		połudwica z indyka. Kawa zbożowa z mlekiem. Herbata mietowa.		
<u>Śniadanie II: 1,7</u> Chałka drożdżowa. Płatki jaglane z mlekiem. Owoce.	<u>Śniadanie II: 7</u> Ryż z jabłkami i bitą śmietaną.	<u>Śniadanie II: 7,1,3</u> Bułeczka półfrancuska z jabłkiem. Mleko. Napój ryżowy.	<u>Śniadanie II: , 7</u> Jogurt grecki z bananami. Chrupki kukurydziane.	<u>Śniadanie II: 1,7</u> Płatki kukurydziane z mlekiem, Wafle ryżowe. Owoce.
<u>Obiad: 1, 3, 7,9</u> Zupa ryżanka na rosole z natką pietruszki. Filet z kurczaka w panierce. Ziemniaki z koperkiem,. Sałata lodowa , szczypior, rzodkiewka ze śmietaną. Kompot wieloowocowy. Owoce.	<u>Obiad: 1,7, 9,3</u> Zupa krem z dyni z grzankami ziołowymi., natka pietruszki.. Pulpety drobiowo- wieprzowe w sosie pieczeniowym. Kasza Quinoa na sypko. Jarzynka z buraków i jabłek. Kompot wiśniowy. Owoce.	<u>Obiad:</u> 1,3, 7,9 Zupa kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami. Naleśniki z tawrogiem, musem truskawkowym. Marchew do chrupania, owoce. Kompot z czarnej porzeczki.	<u>Obiad:</u> 1,7 ,9 Barszcz ukraiński z fasolą, śmietana. Udko z kurczaka – pieczone. Ziemniaki z koperkiem. Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi, kukurydzy, jabłek, sosie majonezowym. Kompot truskawkowy. Owoce.	<u>Obiad:</u> 1, 3,7,9,4 Krupnik z kaszy jaglanej z natką pietruszki. Połudwiczki z dorsza atlantyckiego w panierce Ziemniaki z koperkiem. Mizeria z ogórka, koperku szczypiorku ze śmietaną. Kisielek do picia. Owoce.

Woda niegazowana dostępna codziennie.

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. 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

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