

Jadłospis

Data	Śniadanie 1i2	Obiad	Podwieczorek
<u>Pn.</u> <u>12.10</u>	Herbata. Chleb graham Pasta z ryb i sera białego . Zielona cebulka.	Barszcz czerwony z warzywami, ziemniakami i zieloną pietruszką (seler, soja, jogurt naturalny) Kopytką z musem malinowym . Woda z miętą i pomarańczą.	Deser jogurtowy z owocami (jogurt naturalny). Herbatniki zbożowe. Śliwka.
<u>Wt.</u> <u>13.10</u>	Herbata. Chleb graham z ziarnami(sezam). Masło . Szynka drobiowa, pomidor, papryka, Ogórek.	Zupa krem z dyni z ziemniakami i zieloną pietruszką(seler, soja, mąka pszenna jogurt) Makaron pełne ziarno . Filet z indyka z warzywami, ciecierzycą fasolką szparagową . Kompot.	Sok 100% jabłko. Nektarynka.
<u>Śr.</u> <u>14.10</u>	Kawa zbożowa/ mleko/ Wek orkiszowy . Masło . Pasta jajeczna z awokado. Pomidor Zielona cebulka	Zupa ogórkowa z ziemniakami i zieloną pietruszką(seler, jogurt naturalny). Kotlety ziemniaczane z dodatkiem sera białego (jaja, masło, bułkę tarta) . Surówka/marchewka i jabłko/ Woda z cytryną i miętą.	Serek wiejski naturalny . Gruszka.
<u>Czw.</u> <u>15.10</u>	Herbata z cytryną . Chleb słonecznikowy . Kiełbaski na gorąco, 100% mięsa drobiowego .Ketchup.	Zupa zacierkowa z jarzynami i zieloną pietruszką (seler, jogurt naturalny). Udko duszone. Ziemniaki. Buraczkę z chrzanem. Woda z miętą i cytryną.	Jogurt naturalny . Banan.
<u>Pt.</u> <u>16.10</u>	Mleko. Płatki owsiane. Wek orkiszowy . Masło. Jajko , pomidor, zielona cebulka.	Zupa pomidorowa (na porcji) z ryżem zieloną pietruszką, (ryż, gluten, seler, jogurt) Łosoś duszony z warzywami .(cytryna, masło) Ziemniaki. Kompot .	Wafle naturalne z ryżu brązowego . Kiwi. Sok 100% owocowy.
<u>Pn.</u> <u>19.10</u>	Herbata. Chleb graham z ziarnami(sezam). Masło . Paszтет mięsno- warzywny. Ogórek. Zielona cebula.	Barszcz biały/ mąka żurkowa/ z jajkiem i kiełbasą wiejską drobiową /jogurt naturalny/ . Makaron pełnoziarnisty z serem białym /mąka pszenna ,jajko, soja/ . Woda z cytryną z miętą	Actimel. Wek , masło, pomidor, papryka, ogórek, rzodkiewka, zielona cebulka.
<u>Wt.</u> <u>20.10</u>	Herbata. Chleb graham . Pasta jajeczna z chrzanem, papryką, pomidor, zielona cebulka.	Zupa kalafiorowa z jarzynami i zieloną pietruszką (seler, jogurt naturalny). Spaghetti z mięsem drobiowym i soczewicą /Makaron/ Woda z pomarańczą i miętą.	Herbatniki zbożowe / soja, sezam / Mandarynka.
<u>Śr.</u> <u>21.10</u>	Kawa(mleko) . Wek orkiszowy . Masło. Ser biały, pomidor, rzodkiewka . Cebulka zielona.	Zupa fasolowa z jarzynami i zieloną pietruszką, (seler, fasola, jogurt naturalny) schab duszony w sosie warzywnym. Ziemniaki. Surówka/ czerwona kapusta, marchew, jabłko. Woda z cytryną i miętą	Serek wiejski naturalny . Brzoskwinia.
<u>Czw.</u> <u>22.10</u>	Herbata z cytryną. Chleb mieszany . Szynka z indyka, pomidorki kółkajlowe, ogórek, Zielona cebulka.	Zupa jarzynowa z warzywami, brukselką, ciecierzycą z ziemniakami i zieloną pietruszką (seler, jogurt naturalny). Ryż z jabłkiem i bitym jogurtem . Kompot	Jogurt owocowy. Wafel ryżowy
<u>Pt.</u> <u>23.10</u>	Mleko . Płatki kukurydziane(mąka pszenna). Wek orkiszowy . Masło . Dżem 100% truskawka.	Ogórkowa z ryżem/na porcji z kurczaka/ z zieloną pietruszką(seler, ryż, gluten, jogurt). Kotlety z ryby (jaja, bułkę tarta, bułkę pszenna). Surówka/kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula/ Ziemniaki (masło). Kompot	Mufiny orkiszowe/ wyrób własny/ mąka orkiszowa, jogurt . Jabłko.

Zastrzega się prawo zmian w jadłospisie.

Intendent

Kucharka

Pogrubioną czcionką zaznaczono składniki alergenne występujące w posiłkach

