

Jadłospis od 08.09.2025r. do 12.09.2025r.

Data	Śniadanie	II śniadanie	Obiad
pn. 08	Chleb żytni ze słonecznikiem (żyto) 50g, masło (mleko) 5g, pasta z tuńczyka (ryba) 40g, pomidor 20g, rzodkiewka 10g, szczypior 5g, kawa zbożowa na mleku (mleko, żyto, jęczmień) 200ml <u>Dieta bezmleczna:</u> kawa zbożowa na napoju owsianym (żyto, jęczmień, owies, soja, orzechy)	Kefir z malinami- wyrób własny (mleko) 150ml, wafel podpłomyk (pszenica) 20g <u>Dieta bezmleczna:</u> : koktajl z napoju owsianego i malin (owies, soja, orzechy)	Zupa z soczewicy na wywarze z warzyw z natką pietruszki (masło) 250ml Leczo z mięsem z indyka 100g, ryż na sypko 120g, kompot z truskawek 200ml, jabłko
wt. 09	Płatki owsiane na mleku z żurawiną (mleko, pszenica) 200ml, chleb pełne żyto (żyto, owies) 50g, masło (mleko) 5g, konfitura wiśniowa 20g, kalarepka 10g, herbata z rumianku 200ml, <u>Dieta bezmleczna:</u> płatki owsiane na napoju owsianym (owies, soja, orzechy) 200ml,	Paluch maślany (pszenica) 70g, kakao (mleko) 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze z warzyw ze śmietaną (pszenica, mleko, seler) 250ml Pulpety wieprzowe w sosie koperkowym (jajko, mleko, pszenica) 60g, ziemniaki z koperkiem 120g, tzatziki – ogórek zielony z jogurtem naturalnym i czosnkiem (mleko) 60g, kompot jabłkowy 200ml, nektarynka
śr. 10	Chleb orkiszowy (pszenica, żyto) 50g, masło (mleko) 5g, kielbaski białe parzone na liściu sałaty 40g, ketchup – wyrób własny 50ml, ogórek małosolny 20g, kawa zbożowa na mleku (mleko, jęczmień, żyto) 200ml, herbata 200ml <u>Dieta bezmleczna:</u> kawa zbożowa na napoju owsianym (jęczmień, żyto, owies, soja, orzechy)	Kisiel jagodowy 200ml, chrupki kukurydziane 10g, herbata miętowa 200ml	Zupa jarzynowa z dodatkiem śmietany i natki pietruszki (mleko, seler) 250ml Gulasz z indyka 60g, kasza kuskus (pszenica) 120g, surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i jabłka 60g, kompot z czerwonej porzeczki 200ml, banan
Czw. 11	<u>Stół szwedzki:</u> Pieczywo razowe oraz pszenne (pszenica, żyto) 50g, masło (mleko) 5g, pierś z indyka- wyrób własny 20g, ser żółty (mleko) 20g, pomidor 20g, ogórek zielony 20g, sałata lodowa 10g, kakao (mleko) 200ml, <u>Dieta bezmleczna:</u> kakao na napoju owsianym (owies, soja, orzechy)	Kolba kukurydzy 1 szt, herbata z aronii 200ml	Zupa ogórkowa na wywarze z warzyw z dodatkiem śmietany i natki pietruszki (mleko, seler) 250ml Naleśniki (pszenica, mleko, jajko) 2szt, z serkiem waniliowym i polewą truskawkową 150ml, kompot wieloowocowy 200ml, melon <u>Dieta bezmleczna:</u> naleśniki na mleku owsianym (owies, soja, orzechy z polewą truskawkową 170g
Piąt 12	Chleb 7 ziaren (żyto, pszenica, owies) 50g, masło (mleko) 5g, jajko gotowane (jajko) 50g, ser żółty 20g, papryka czerwona 20g, marchew do gryzienia 20g, kawa zbożowa na mleku (mleko, żyto, jęczmień) 200ml <u>Dieta bezmleczna:</u> Kawa zbożowa na napoju owsianym (jęczmień, żyto, owies, soja, orzechy) 200ml	Pudding czekoladowo-kokosowy (mleko, pszenica) 200ml – wyrób własny, herbata z cytryną 200ml <u>Dieta bezmleczna:</u> pudding czekoladowy na napoju owsianym (pszenica, owies, soja, orzechy) 200ml	Zupa szpinakowa z ryżem na wywarze z warzyw z natką pietruszki (masło) 250ml Kotlety z mintaja (ryba, jajko, pszenica) 60g, ziemniaki z koperkiem 120g, surówka z kapusty kiszzonej i marchewki 60g, kompot z wiśni 200ml, arbuz

UWAGA : *Potrawy, produkty zawierające alergeny.* Na terenie naszej kuchni w danym dniu w trakcie przygotowania posiłków wykorzystano produkty zawierające substancję mogące powodować alergię lub reakcję nietolerancji (zgodnie Rozp. PEiR 1169/2011 Z 25.10.2011r w/s przekazywania konsumentom informacji na temat żywności:)*śladowe ilości dwutlenku siarki, sezamu, orzechy arachidowe, (w przyprawach używanych do potraw) orzechy inne soja, , glutenu *mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) *sól, gorczyca *zboża: pszenicę , żyto, jęczmień !*seler występuje w każdej zupie * jaja * ryba*