

**JADŁOSPIS**

**WRZESIEŃ 2020r.**

DATA	ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
Poniedziałek 14.09.2020r.	<p><b>Chleb wieloziarnisty *</b> (<u>pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, nasiona słonecznika 8, gluten pszenny 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) z <b>masłem(7)</b>, <b>parówki z szynki z keczupem*</b> <b>kawa (jęczmień 1, żyto 1) z mlekiem(7)/</b> herbata z cytryną, jabłko</p>	<p>35/70gr  3/5gr 40/70gr 150/200gr 150/200gr 50/100gr</p>	<p>Zupa z <b>czerwonej soczewicy*</b> (warzywa: por, marchew, <b>seler 9</b>, pietruszka, soczewica, czosnek, sól, pieprz mielony, zioła, majeranek, <b>mąka pszenna 1</b>) z ziemniakami <b>łazanki (mąka pszenna 1, jajko 3)</b>, z kapustą i <b>kielbasą*</b>, kompot wieloowocowy</p>	<p>200/300gr 200/300gr 150/200gr</p>	<p><b>Tost (chleb tostowy pszenny* : mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier, masło(7) z serem(7) i szynką*,</b> herbata owocowa, banan</p>	<p>35gr 3gr 15gr 15gr 150gr 40gr</p>
Wtorek 15.09.2020r.	<p><b>Rogal pszenna*</b>(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) <b>z masłem(7)</b> i dżemem truskawkowym, <b>kakao*(gluten 1, soja 6, mleko7)//</b> herbata owocowa, gruszka</p>	<p>45/90gr 3/5gr 15/30gr  150/200gr 150/200gr 50/100gr</p>	<p><b>Lane kluski (mąka pszenna 1, jajko 3)</b> na rosole (warzywa: por, marchew, pietruszka, cebula, <b>seler 9</b>, sól, pieprz mielony, lubczyk) <b>gołąbki w sosie pomidorowym</b> (mięso mielone, kapusta biała, ryż, kasza jęczmienna, koncentrat pomidorowy, <b>mąka pszenna 1, śmietana 12% 7, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka, majeranek, cebula</b>) ziemniaki, kompot wieloowocowy</p>	<p>200/300g  150+100gr sos/ 200+160gr sos  150/200gr 150/200gr</p>	<p>Sok marchew-jabłko-banan, <b>Herbatniki (mąka pszenna1, jajka3, mleko 7, soja 6)</b> banan</p>	<p>150gr 20gr 30gr</p>
Środa 16.09.2020r.	<p><b>Bułka pszenna</b>( <u>mąka pszenna, mąka żytnia1, drożdże, woda, cukier, olej, sól</u>)/ <b>Bułka wrocławska pszenna*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier)</b> <b>z masłem(7),</b> <b>serek topiony (7)</b> rzodkiewka, ogórek kiszony, <b>kawa (jęczmień 1, żyto 1)z mlekiem(7)/</b> herbata owocowa</p>	<p>90gr  35gr  3/5gr  10/20gr 10/20gr 10/20gr 150/200g 150/200gr</p>	<p><b>Zupa kalafiorowa</b> (warzywa: por, marchew, <b>seler 9</b>, pietruszka, <b>joqurt naturalny 7</b>, kalafior, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk) z ziemniakami, udko z kurczaka pieczone, ryż brązowy z ziołami, kukurydzą i papryką świeżą, surówka z kapusty pekińskiej (z ogórkiem zielonym, papryką, pomidorem kukurydzą i fasolą czerwoną) z sosem winegret(woda, olej, cytryna, sól, pieprz mielony, cukier), kompot wieloowocowy</p>	<p>200/300gr  70/110gr 80/120gr  70/100gr  150/200gr</p>	<p><b>Koktajl truskawkowy(maślanka7, truskawka, cukier),</b> chrupki kukurydziane, herbata owocowa</p>	<p>150gr  20gr 150gr</p>

DATA	ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
<b>Czwartek 17.09.2020r.</b>	<b>Chałka pszenna*</b> ( <u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) <b>z masłem(7)</b> i dżemem wiśniowym, <b>płatki owsiane(gluten1) z mlekiem(7)</b> i żurawiną, herbata owocowa, banan	35/70gr 3/5gr 15/30gr  200/300gr  150/200gr 30/50gr	<b>Zupa pomidorowa</b> ( ryż, warzywa: por , marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, sól, <u>jogurt naturalny 7</u> , pieprz mielony , lubczyk, zioła, koncentrat pomidorowy) z kaszą jaglaną  Leczo z cukinii, kielbasy ,papryki i pieczarek (cukinia, papryka świeża, pieczarki, cebula, kielbasa głogowska, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy , zioła prowansalskie, oregano, bazyliia, olej, papryka słodka, koncentrat pomidorowy),  Ziemniakami z koperkiem Kompot wieloowocowy	200/300gr  110/170gr  100/150gr 150/200gr	<b>Rafaello na krakersach(krakers (jęczmień, pszenicę1, jaja3 Sezam11, mleko7), mąka krupczatka1, masło7, wiórki kokosowe, cukier)</b>  Jabłko, herbata żurawinowa	60gr   30gr 150gr
<b>Piątek 18.09.2020r.</b>	<b>Chleb słonecznikowy*</b> ( <u>mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8</u> , drożdże, sól, cukier) <b>z masłem(7), pasta z makrelą w pomidorach*, (majonez*(jaja 3, gorczyca10)) z jajkiem(3)</b> , ogórek kiszony, <b>kawa(jęczmień, żyto 1)z mlekiem(7)/</b> herbata z cytryną, jabłko	35/70gr 3/5gr 20/40gr  20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	<b>Barszcz czerwony</b> (warzywa: por , marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka , buraczki czerwone, <u>jogurt naturalny 7</u> , czosnek, sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk) z ziemniakami  <b>kluski drożdżowe (mąka pszenna 1, jajko 3, mleko 7, cukier, cukier waniliowy, drożdże) z sosem jogurtowo-truskawkowym (jogurt naturalny 7, truskawki, cukier)</b> kompot wieloowocowy	200/300gr  90/160gr 60/90gr 150/200gr	Kisiel owocowy(mąka ziemniaczana, woda, cukier, truskawka owoce mieszane) chrupki kukurydziane , gruszka herbata żurawinowa	150gr 20gr 30gr 150gr

\* Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać **śladowe ilości alergenów**: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

**Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:**

pieprz mielony, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazyliia, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muskatołowa, rozmaryn, cukier waniliowy, sól

# JADŁOSPIS

# WRZESIEŃ 2020r.

DATA	ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
<b>Poniedziałek</b> <b>21.09.2020r.</b>	<b>Chleb wieloziarnisty * (pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, nasiona słonecznika 8, gluten pszenny 1, woda, drożdże, sól, cukier) z masłem(7), poledwica sopocka*, ogórek zielony, kawa (jęczmień 1, żyto 1) z mlekiem(7)/herbata z cytryną, jabłko</b>	35/70gr  3/5gr 20/40gr 20/40gr  150/200gr 150/200gr 30/50gr	<b>Zupa z zielonego groszku</b> (zielony groszek, warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, <u>jogurt naturalny 7</u> , sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła) z ziemniakami <b>jajko sadzone (jajko3)</b> ziemniaki z koperkiem <b>mizeria</b> (ogórek zielony, <u>jogurt naturalny 7</u> , koperek świeży, sól, pieprz mielony, cukier) kompot wieloowocowy	200/300gr  200/300gr 60/60gr 100/150gr  100/150gr 150/200gr	<b>Bułka wrocławska pszenna*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) z masłem(7), parówki z szynki z keczupem*, herbata żurawinowa jabłko</b>	35gr  3gr 10gr  150gr 50gr
<b>Wtorek</b> <b>22.09.2020r.</b>	<b>Chlebka pszenna*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) z masłem(7) i powidłami śliwkowymi, Kasza manna z mlekiem (pszenica 1, mleko7) herbata owocowa, banan</b>	35/70gr 3/5gr 10/20gr  200/300gr  150/200gr 30/50gr	<b>Zupa porowa *</b> (warzywa: por, marchew, pietruszka, <u>seler 9</u> , ziemniaki, sól, pieprz mielony, zioła, majeranek, <u>jogurt naturalny 7</u> ) z ziemniakami, Klopsy wieprzowe z kapustą w sosie pomidorowym (łopatka, olej, sól, kapusta biała, <b>kasza manna1</b> , pieprz mielony, pieprz ziołowy, lubczyk, papryka słodka, majeranek, koncentrat pomidorowy, cebula, <b>mąka pszenna 1, jajka 3, jogurt naturalny 7, bułka tarta 1</b> ), ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem(kapusta czerwona, jabłko, cebula, kwasek cytrynowy, olej, sól, pieprz mielony) kompot wieloowocowy	200/300g  70+60gr sos/ 100+90gr sos  100/150gr  70/100gr  150/200gr	<b>biszkopty z galaretką (mąka pszenna1, jajka3), jabłko kawa(jęczmień, żyto 1)z mlekiem(7)</b>	30gr 50gr 150gr
<b>Środa</b> <b>23.09.2020r.</b>	<b>Bułka grahamka (Mąka pszenna graham, mąka pszenna, mąka żytnia1, drożdże, woda, cukier, olej, sól)/Bułka wrocławska pszenna*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) z masłem(7), jajko gotowane(3) ,sałata masłowa, pomidor, szczypiorek, kawa (jęczmień 1, żyto 1) z mlekiem(7)/ herbata owocowa</b>	90gr  35gr  3/5gr  30/60gr 5/10gr 20/40gr 150/200g 150/200gr	<b>Barszcz ukraiński</b> (warzywa: por, marchew, pietruszka, <u>seler 9</u> , fasola Jaś 1, kapusta biała, buraczki czerwone, <u>jogurt naturalny 7</u> , czosnek, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk) z ziemniakami, <b>Potrawka słodko -kwaśna z indyka</b> (filet z indyka, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka, majeranek, cebula, <b>mąka pszenna 1</b> , papryka świeża, pieczarki, ananasy, marchew, pomidory w puszcze, koncentrat pomidorowy) ryż brązowy, sałata lodowa z pomidorami i sosem winegret (woda, olej, cytryna, sól, pieprz mielony, cukier), kompot jabłkowy	200/300gr  70/90gr  100/150gr 60/80gr  150/200gr	<b>Sałatka owocowa</b> (jabłko, ananas, gruszka, brzoskwinia, banan, kiwi), Biszkopty, <b>kawa(jęczmień, żyto 1) z mlekiem(7)</b>	150gr  30gr 150gr

DATA	ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
<b>Czwartek 24.09.2020r.</b>	<b>Bułka maślana*</b> ( <u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) <b>z masłem(7), i miodem,</b> / powidła śliwkowe <b>kakao*(gluten 1,soja 6, mleko7)//</b> herbata owocowa, jabłko	40/80gr 3/5gr 5/10gr 10/20gr  150/200gr 50/100gr	<b>Kapuśniak z kiszonej kapusty*</b> (warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, kapusta kiszona, cebula, ziemniaki, sól, pieprz mielony, ziota, lubczyk, majeranek) z ziemniakami, <b>schab_w sosie własnym</b> (schab, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, lubczyk, papryka słodka, majeranek, cebula, <u>mąka pszenna 1</u> ), kasza jęczmienno-gryczana sałata lodowa z pomidorami i sosem winegret (woda, olej, cytryna, sól, pieprz mielony, cukier), kompot wieloowocowy	200/300gr  70+30gr sos/ 90+60gr sos  90/1500gr 60/80gr  150/200gr	<b>Budyń czekoladowy</b> <b>(mleko 7, masło 7, cukier,</b> cukier waniliowy, mąka ziemniaczana, <b>kakao (gluten 1,soja 6, mleko7)</b> ) chrupki kukurydziane, gruszka	150gr   20gr 30gr
<b>Piątek 25.09.2020r.</b>	<b>Chleb słonecznikowy*</b> ( <u>mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8</u> , drożdże, sól, cukier) <b>z masłem(7), ser żółty (7)</b> , papryka świeża,, <b>kawa (jęczmień 1, żyto 1)z mlekiem(7)/</b> herbata owocowa, jabłko	35/70gr  3/5gr 15/30gr 20/30gr  150/200gr 150/200gr 30/50gr	<b>Zupa jarzynowa z brukselką *</b> (warzywa: por, marchew, pietruszka, <u>seler 9</u> , ziemniaki, brukselka, , sól, pieprz mielony, ziota, majeranek, <u>joqurt naturalny 7</u> ) z ziemniakami, Ryba smażona- szkoła/ paluszki rybne-przedszkole ( <u>miruna4</u> , pieprz mielony, sól, olej, pieprz ziołowy oregano, ziota prowansalskie, , <u>mąka pszenna 1, jajka 3, bułka tarta 1</u> ), Ziemniaki, surówka kapusty kiszonej marchwi, jabłka i cebuli (olej, sól, pieprz mielony, cukier), kompot wieloowocowy	200/300gr  70/110gr  150/200gr  60/100gr  150/200gr	<b>Ciastka maślane (mąka pszenna1, mleko 7, soja 6) kakao*(gluten 1,soja 6, mleko7)//</b> herbata owocowa, arbuz	40gr  150gr 150gr