

# JADŁOSPIS

# PAŹDZIERNIK 2020r.

DATA	ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
<b>Poniedziałek</b> <b>19.10.2020r.</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 20/30gr 20/40gr  150/200gr 150/200gr 50/100gr	<b>Barszcz ukraiński</b> ( warzywa: por , marchew, pietruszka, <u>seler 9</u> , <u>fasola Jaś 1</u> , kapusta biała, buraczki czerwone , <u>jogurt naturalny 7</u> , czosnek, sól , pieprz mielony, ziola, lubczyk) z ziemniakami, <b>makaron (mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3.)</b> z warzywami (marchew, papryka czerwona, kukurydza, fasola czerwona, fasola szparagowa, pietruszka, cebula, <u>seler 9</u> ) i mięsem drobiowym, kompot wieloowocowy	200/300gr  200/300gr  150/200gr	<b>Koktajl owocowy(maślanka7, kiwi, banan, truskawka, cukier), chrupki kukurydziane, herbata owocowa</b>	150gr  20gr 150gr
<b>Wtorek</b> <b>20.10.2020r.</b>	<b>Chlebka pszenna*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) z masłem(7) i powidłami śliwkowymi, płatki owsiane(gluten1)z mlekiem(7) żurawiną, herbata owocowa, jabłko</b>	35/70gr  3/5gr 10/20gr 200/300gr  5/10gr 150/200gr 30/50gr	<b>Zupa pomidorowa</b> (warzywa: por , marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, <u>jogurt naturalny 7</u> , sól , pieprz mielony , lubczyk, ziola, koncentrat pomidorowy), <b>z kaszą jaglaną*</b> , <b>gyros drobiowy*</b> (filet z kurczaka, sól, pieprz mielony, papryka słodka, ziola), ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej i marchwi <b>z majonezem*(jaja 3, gorczyca10), kompot jabłkowy</b>	200/300gr  80/120gr 150/200gr 70/100gr 150/200gr	<b>Bułka wrocławska pszenna*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) z masłem(7), parówki z szynki z keczupem*, herbata malinowa jabłko</b>	35gr  3gr 10gr 150gr 50gr
<b>Środa</b> <b>21.10.2020r.</b>	<b>Bułka pszenna( mąka pszenna, mąka żytnia1, drożdże, woda, cukier, olej, sól)/Bułka wrocławska pszenna*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) z masłem(7), pasztet drobiowy*(woda, mięso z kurczaka, wątroba z kurczaka, <u>kasza manna 1</u>, sól, <u>białko sojowe 6</u>, warzywa suszone: cebula, marchew, pietruszka, <u>serwatka z mleka 7</u>, pomidor ,ogórek kiszony <b>kawa(jęczmień, żyto 1)z mlekiem(7)/ herbata owocowa,</b></b>	90gr 35gr 3/5gr 10/20gr  20/40gr 150/200gr 150/200gr	<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, ziola) z ziemniakami <b>Gulasz wieprzowa w sosie własnym</b> (topatka, cebula, <u>jogurt naturalny7</u> , <u>mąka pszenna1</u> , olej, majeranek, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka,) kasza jęczmiennie-gryczana surówka z ogórka kiszzonego i papryki świeżej i cebuli (przedszkole) kompot wieloowocowy	200/300gr  70+30gr sos/ 90+60gr sos  90/150gr 60/80gr 150/200gr	<b>Kisiel owocowy</b> (mąka ziemniaczana, woda, cukier, truskawka owoce mieszane), chrupki kukurydziane , gruszka herbata malinowa	150gr  20gr 30gr 150gr

DATA	ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
<b>Czwartek</b> <b>22.10.2020r.</b>	<b><u>Bułka wrocławska pszenna*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) z masłem(7), twarożek śmietankowy(7)</u></b> ogórek zielony <b><u>kakao*(gluten 1, soja 6, mleko7)//</u></b> herbata owocowa, jabłko	35/70gr  3/5gr 20/35gr 20/40gr  150/200gr 150/200gr 30/50gr	<b><u>Zupa z pieczarkowa*</u></b> (warzywa: por, marchew, pietruszka, <b><u>seler 9</u></b> , pieczarki, , sól, pieprz mielony, zioła, majeranek, <b><u>mąka pszenna 1, jogurt naturalny 7) z makaronem (mąka pszenna 1, jajko 3)</u></b> , <b><u>Kotlet mielony</u></b> (topatka, olej, sól, koncentrat pomidorowy, pieprz mielony, pieprz ziółowy, lubczyk, papryka słodka, majeranek, cebula, <b><u>mąka pszenna 1, jajka 3, bułka tarta 1)</u></b> ziemniaki, <b><u>mizeria</u></b> (ogórek zielony, <b><u>jogurt naturalny 7</u></b> , koperek świeży, sól, pieprz mielony, cukier) kompot wieloowocowy	200/300g   80/120gr  150/200gr  60/90gr 150/200gr	<b><u>Budyń waniliowy</u></b> <b><u>(mleko 7, masło 7, cukier, cukier waniliowy, mąka ziemniaczana),</u></b> Wafle ryżowe, jabłko, Herbata owocowa	150gr   18gr 30gr 150gr
<b>Piątek</b> <b>23.10.2020r.</b>	<b><u>Chleb słonecznikowy* (mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8, drożdże, sól, cukier) z masłem(7), pasta z makrelą w pomidorach*, (majonez*(jaja 3, gorczyca10)) z jajkiem(3) i ogórkiem kiszonym, kawa(jęczmień, żyto 1)z mlekiem(7)/</u></b> herbata z cytryną, jabłko	35/70gr  3/5gr  20/40gr  150/200gr 150/200gr 30/50gr	<b><u>Żurek</u></b> (seler 9, zboża zawierające gluten1, Pszenica1, Mleko 7, Żyto 1, Soja 6) * warzywa: por, marchew, <b><u>seler 9</u></b> , pietruszka, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła, majeranek, ziemniaki, <b><u>jajko3,</u></b> ) <b><u>z jajkiem</u></b> i ziemniakami, <b><u>kluski drożdżowe (mąka pszenna 1, jajko 3, mleko 7, cukier, cukier waniliowy, drożdże) z sosem jogurtowo-truskawkowym (jogurt naturalny 7, truskawki, cukier)</u></b> kompot wieloowocowy	200/300gr    90/160gr 60/90gr 150/200gr	Sałatka owocowa (jabłko, ananas, gruszka, brzoskwinia, banan, kiwi), Biszkopty, <b><u>kawa(jęczmień, żyto 1) z mlekiem(7)</u></b>	100gr    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 gorzycy.

**Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:**

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