

JADŁOSPIS

LUTY 2021r.

OBIAD

PODWIECZOREK

PONIEDZIAŁEK 15.02.2021r.

<p>CHLEB WIELOZIARNISTY * (<u>pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, nasiona słonecznika 8, gluten pszenny 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), POŁĘDWICA SOPOCKA*, OGÓREK ZIELONY, KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 3/5gr 20/40gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>ZUPA Z ZIEŁONEGO GROSZKU (zielony groszek, warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u>, pietruszka, <u>jogurt naturalny 7</u>, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła) Z ZIEMNIAKAMI KOTLET Z JAJKA (jajko 3, sól, pieprz mielony, lubczyk, kasza manna 1, bułka tarta 1, cebule) ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM MIZERIA (ogórek zielony, <u>jogurt naturalny 7</u>, koperek świeży, sól, pieprz mielony, cukier) KOMPOT WIELOOWOCOWY</p>	<p>200/300gr 95/130gr 80/110gr 100/150gr 150/200gr</p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), PARÓWKI Z SZYNKI Z KECZUPEM*, HERBATA ŻURAWINOWA JABŁKO</p>	<p>35gr 3gr 10gr 150gr 50gr</p>
---	---	---	---	---	---

WTOREK 16.02.2021r.

<p>CHAŁKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7) POWIDŁAMI ŚLIWKOWYMI, PŁATKI CZEKOLADOWE Z MLEKIEM*(gluten 1, mleko 7, soja 6, orzechy 8) z mlekiem(7), HERBATA OWOCOWA, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 3/5gr 10/20gr 200/300gr 150/200gr 30/50gr</p>	<p>BARSZCZ UKRAIŃSKI (warzywa: por , marchew, pietruszka, <u>seler 9, fasola Jaś 1, kapusta biała, buraczki czerwone , jogurt naturalny 7, czosnek, sól , pieprz mielony, zioła, lubczyk) Z ZIEMNIAKAMI, POTRAWKA SŁODKO -KWAŚNA Z INDYKA (filet z indyka, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka, majeranek, cebula, <u>mąka pszenna 1, papryka świeża , pieczarki, ananasy, marchew, pomidory w puszcze, koncentrat pomidorowy)</u> RYŻ BRĄZOWY, SAŁATA LODOWA Z POMIDORAMI I SOSEM WINEGRET (woda, olej, cytryna, sól, pieprz mielony, cukier), KOMPOT JABŁKOWY</u></p>	<p>200/300gr 70/90gr 100/150gr 60/80gr 150/200gr</p>	<p>KISIEL OWOCOWY(mąka ziemniaczana, woda, cukier, truskawka owoce mieszane) BISZKOPTY Z GALARETKA (mąka pszenna1, jajka3), JABŁKO KAWA(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7)</p>	<p>150gr 30gr 50gr 150gr</p>
--	--	--	---	---	--

ŚRODA 17.02.2021r.

<p>BUŁKA GRAHAMKA (<u>Mąka pszenna graham, mąka pszenna, mąka żytnia1, drożdże, woda, cukier, olej, sól</u>)/BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), JAJKO GOTOWANE(3) ,SAŁATA MASŁOWA, POMIDOR, SZCZYPIOREK, KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA</p>	<p>90gr 35gr 3/5gr 30/50gr 5/10gr 20/40gr 150/200g 150/200gr</p>	<p>ZUPA POROWA * (warzywa: por, marchew, pietruszka, <u>seler 9,</u> sól , pieprz mielony , zioła, majeranek, <u>jogurt naturalny 7</u>) Z ZIEMNIAKAMI, RYBA SMAŻONA- szkoła/ PALUSZKI RYBNE-przedszkole (<u>miruna4,</u> pieprz mielony, sól, olej, pieprz ziołowy oregano, zioła 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</p>	<p>200/300g 70/110gr 150/200gr 60/80gr 150/200gr</p>	<p>SAŁATKA OWOCOWA Z JOGURTEM(7) I ORZECHAMI(8) (jabłko, gruszka, banan, kiwi, pomarańcza CHAŁKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7) KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7)</p>	<p>150gr 35gr 3gr 150gr</p>
--	---	--	--	---	---

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
CZWARTEK 18.02.2021r.					
BUŁKA MAŚLANA* (<i>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</i>) Z MASŁEM(7), I MIODEM, / DŻEM TRUSKAWKOWY PŁATKI KUKURYDZIANE* (<i>gluten 1, mleko 7, soja 6</i>) Z MLEKIEM(7), HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	40/80gr 3/5gr 5/10gr 10/20gr 150/200gr 50/100gr	KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY* (<i>warzywa: por, marchew, seler 9, pietruszka, kapusta kiszona, cebula, ziemniaki, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk, majeranek</i>) Z ZIEMNIAKAMI, SCHAB_W SOSIE WŁASNYM (<i>schab, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, lubczyk, papryka słodka, majeranek, cebula, mąka pszenna1,</i> KASZA JĘCZMIENNO-GRYCZANA GROSZEK Z MARCHEWKĄ (<i>groszek zielony, marchewka, sól, pieprz mielony, masło7</i>), KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr 70+30gr sos/ 90+60gr sos 90/1500gr 60/80gr 150/200gr	BUDYŃ CZEKOLADOWY (mleko 7, masło 7, cukier, cukier waniliowy, mąka ziemniaczana, kakao (gluten 1, soja 6, mleko7) CHRUPKI KUKURYDZIANE, GRUSZKA HERBATA OWOCOWA	150gr 20gr 30gr 150gr
PIĄTEK 19.02.2021r.					
CHLEB SŁONECZNIKOWY* (<i>mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8, drożdże, sól, cukier</i>) Z MASŁEM(7), SER ŻÓŁTY (7) PAPRYKA ŚWIEŻA, KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 15/30gr 20/30gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA JARZYNOWA Z BRUKSELKĄ * (<i>warzywa: por, marchew, pietruszka, seler 9, ziemniaki, brukselka, , sól, pieprz mielony, zioła, majeranek, jogurt naturalny 7</i>) Z ZIEMNIAKAMI, RYŻ BRAZOWY Z MUSEM TRUSKAWKOWYM, KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr 250/340gr 150/200gr	BUŁKA MAŚLANA* (<i>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</i>) Z MASŁEM(7), DŻEM TRUSKAWKOWY KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) JABŁKO	40gr 3gr 5gr 150gr 50gr

* 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, bazylija, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, cukier waniliowy, sól

JADŁOSPIS LUTY 2021r.

ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 22.02.2021r.		
<p>CHLEB WIELOZIARNISTY * (<u>pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, nasiona słonecznika 8, gluten pszenny 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), POŁĘDWICA SOPOCKA*, OGÓREK ZIELONY, PAPRYKA ŚWIEŻA KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO</p>	<p>ZUPA Z GROCHOWA* (warzywa: por, marchew, <u>seler 9, pietruszka, groch łuskany, czosnek, sól, pieprz mielony, zioła, majeranek, <u>mąka pszenna 1</u></u>) Z ZIEMNIAKAMI SPAGHETTI (mąka pszenna 1, jajko 3, Z POMIDORAMI I MIĘSEM (koncentrat pomidorowy, olej, cebula, sól, pieprz mielony, papryka słodka, oregano, majeranek, bazylija, łąpatka, pomidory w puszcze), KOMPOT WIELOOWOCOWY</p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), SER ŻÓŁTY (7) POMIDOR, SZCZYPIOREK, HERBATA MALINOWA JABŁKO</p>
35/70gr	200/300gr 200 300gr 150/200gr	35gr 3gr 10gr 20gr 150gr 30gr
WTOREK 23.02.2021r.		
<p>BUŁKA MAŚLANA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7) J DŻEM TRUSKAWKOWY, ZUPA MLECZNA(7) Z MAKARONEM(mąka pszenna 1, jajko 3), HERBATA OWOCOWA, BANAN</p>	<p>ZUPA OGÓRKOWA (warzywa: por , marchew, pietruszka, <u>seler 9, ogórek kiszony, jogurt naturalny 7, czosnek, sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk</u>) Z ZIEMNIAKAMI FILET Z KURCZAKA W SOSIE PIECZARKOWO - ŚMIETANOWYM, (mąka pszenna 1, śmietana7, pieczarki, por, sól, pieprz ziołowy i czarny, zioła, natka pietruszki), RYŻ BRAŹOWY, SURÓWKA Z SELERA Z RODZYNKAMI KOMPOT JABŁKOWY</p>	<p>Kisiel truskawkowy (mąka ziemniaczana, woda, cukier, truskawka owoce mieszane) , biszkopty (mąka pszenna1, jajka3), gruszka herbata żurawinowa</p>
35/70gr 3/5gr 10/20gr 200/300gr 150/200gr 30/50gr	200/300gr 70+30gr sos/ 90+60gr sos 160/200gr 60/80gr 150/200gr	150gr 30gr 30gr 150gr
ŚRODA 24.02.2021r.		
<p>Chleb słonecznikowy* (<u>mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8, drożdże, sól, cukier</u>) Z masłem(7), parówki z szynki z keczupem* kawa (jęczmień 1, żyto 1) z mlekiem(7)/ herbata z cytryną, jabłko</p>	<p>ZUPA RYŻOWA* warzywa: por , marchew, <u>seler 9, pietruszka, sól , pieprz mielony , lubczyk, zioła, ryż</u>) KOPYTKA (ziemniak, sól, <u>mąka ziemniaczana1, mąka pszenna1, jajka3</u>) Z CEBULKĄ I KIEŁBASKĄ KAPUSTA ZASMAŻANA (kapusta biała, cebula, pomidory, sól, pieprz mielony, ziele angielskie, liść laurowy, oregano, majeranek, bazylija, pieprz ziołowy) KOMPOT WIELOOWOCOWY</p>	<p>NALEŚNIKI (mąka pszenna 1, jajko 3, mleko 7, cukier, cukier waniliowy) Z DŻEM TRUSKAWKOWY, HERBATA OWOCOWA, JABŁKO</p>
35/70gr 3/5gr 40/70gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	200/300gr 150/200gr 90/120gr 150/200gr	100gr 150gr 50gr

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
CZWARTEK 25.02.2021r.					
BUŁKA GRAHAMKA (<u>mąka pszenna graham, mąka pszenna, mąka żytnia1, drożdże, woda, cukier, olej, sól</u>)/ BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA* (<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), TWAROŻEK ŚMIETANKOWY(7) OGÓREK ZIELONY KAWA (<u>jęczmień 1, żyto 1</u>) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 20/35gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	LANE KLUSKI (<u>mąka pszenna 1, jajko 3</u>) NA ROSOLE (warzywa: por , marchew, pietruszka, cebula, <u>seler 9, sól</u> , pieprz mielony , lubczyk) GOŁĄBKI W SOSIE POMIDOROWYM (mięso mielone, kapusta biała, ryż, kasza jęczmienna, koncentrat pomidorowy, <u>mąka pszenna 1, śmietana 12% 7, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka, majeranek, cebula</u>) <u>ZIEMNIAKI,</u> KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300g 150+100gr sos 200+160gr sos 150/200gr 150/200gr	BUDYŃ CZEKOLADOWY (<u>mleko 7, masło 7, cukier, cukier waniliowy, mąka ziemniaczana, kakao (gluten 1, soja 6, mleko7)</u>) CHRUPKI KUKURYDZIANE, GRUSZKA HERBATA OWOCOWA	150gr 20gr 30gr 150gr
PIĄTEK 26.02.2021r.					
CHLEB SŁONECZNIKOWY* (<u>mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), PASTA Z MAKRELI W POMIDORACH*, (<u>majonez*(jaja 3, gorczyca10)</u>) Z JAJKIEM(3) <u>I OGÓRKIEM KISZONYM,</u> KAWA (<u>jęczmień, żyto 1</u>) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA Z PIECZARKOWA* (warzywa: por, marchew, pietruszka, <u>seler 9,</u> pieczarki, , sól , pieprz mielony , zioła, majeranek, <u>mąka pszenna 1, jogurt naturalny 7</u>) Z MAKARONEM (<u>mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3,</u>) PIEROGI RUSKIE <u>Z SMAŻONĄ CEBULĄ</u> (ziemniaki, <u>mąka pszenna 1, jajko 3, ser biały7,</u> cebula, sól, pieprz mielony, olej) KOMPOT JABŁKOWY	200/300gr 200/300gr 150/200gr	BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA* (<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), SER ŻÓŁTY (7) <u>PAPRYKA ŚWIEŻA,</u> KAWA (<u>jęczmień 1, żyto 1</u>) Z MLEKIEM(7) JABŁKO	35gr 3gr 15gr 20gr 150gr 30gr

* 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, bazylika, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, cukier waniliowy, sól