

# JADŁOSPIS

## MARZEC 2021r.

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
<b>PONIEDZIAŁEK 01.03.2021r.</b>					
<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>) <b>Z MASŁEM(7),</b></p> <p><b>SZYNKA GOTOWANA WIEPRZOWA*</b>,  <u>PAPRYKA CZERWONA,</u>  <b>KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7)</b>  HERBATA Z CYTRYNĄ,  JABŁKO</p>	<p>35/70gr</p> <p>3/5gr</p> <p>15/30gr</p> <p>20/40gr</p> <p>150/200gr</p> <p>150/200gr</p> <p>50/100gr</p>	<p><b>ZUPA POMIDOROWA</b> (warzywa: por , marchew, <u>seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7, sól , pieprz mielony , lubczyk, zioła, koncentrat pomidorowy</u>) <b>Z RYŻEM</b></p> <p><b>PRAŻUCHY</b> (ziemniak, <u>mąka pszenna 1, mąka ziemniaczana</u>)  <b>Z CEBULKĄ I KIEŁBASĄ</b> (cebula, kiełbas głogowska, olej)  <b>I MAŚLANKA (7)</b></p> <p><b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b></p>	<p>200/300gr</p> <p>195/260gr</p> <p>60/90gr</p> <p>150/200gr</p>	<p><b>NALEŚNIKI</b> (<u>mąka pszenna 1, jajko 3, mleko 7, cukier, cukier waniliowy</u>)  <b>Z DŻEM TRUSKAWKOWY,</b>  <b>KAKAO*(gluten 1, soja 6, mleko7)</b>  banan</p>	<p>100gr</p> <p>150gr</p> <p>50gr</p>
<b>WTOREK 02.03.2021r.</b>					
<p><b>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*</b>(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) <b>Z MASŁEM(7),</b></p> <p><b>PASTA Z JAJEK*</b> (<u>jajko3, majonez*(jaja 3, gorczyca10),, sól, pieprz mielony</u>) <b>Z SZCZYPIORKIEM</b></p> <p><b>KAKAO*(gluten 1, soja 6, mleko7)</b>  HERBATA OWOCOWA,  JABŁKO</p>	<p>35/70gr</p> <p>3/5gr</p> <p>20/40gr</p> <p>150/200g</p> <p>150/200gr</p> <p>30/50gr</p>	<p><b>KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY</b> warzywa: por , marchew, pietruszka, <u>seler 9, kapusta biała, jogurt naturalny 7, czosnek, sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk</u>) <b>Z ZIEMNIAKAMI</b></p> <p><b>NUGGETSY Z KURCZAKA W PŁATKACH KUKURYDZIANYCH</b> (<u>płatki kukurydziane * (gluten 1, mleko 7, soja 6) mąka pszenna 1, jajko 3, olej, sól, pieprz mielony</u>)</p> <p><b>RYŻ BRĄZOWY Z WARZYWAMI I ZIOŁAMI</b> (kukurydza, papryka świeża, zioła, <u>masto 7, cebula, sól, pieprz mielony</u>),</p> <p><b>SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY Z JABŁKIEM</b>(kapusta czerwona, jabłko, cebula, kwasek cytrynowy, olej, sól, pieprz mielony)</p> <p><b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b></p>	<p>200/300g</p> <p>70gr /90gr</p> <p>150/200gr</p> <p>95/130gr</p> <p>150/200gr</p>	<p><b>DESER JOGURTOWO-OWOCOWY Z SOSEM TRUSKAWKOWYM</b> (<u>jogurt naturalny7, truskawki, cukier, żelatyna</u>)</p> <p><b>BISZKOPTY</b> (<u>mąka pszenna1 , jajka3</u>),  HERBATA Z CYTRYNĄ</p>	<p>150gr</p> <p>30gr</p> <p>150gr</p>
<b>ŚRODA 03.03.2021r.</b>					
<p><b>CHLEB SŁONECZNIKOWY*</b> (<u>mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8, drożdże, sól, cukier</u>) <b>Z MASŁEM(7),</b></p> <p><b>PASZTET DROBIOWY*</b>(woda, mięso z kurczaka, wątroba z kurczaka, <u>kasza manna 1, sól, białko sojowe 6, cebula, marchew, pietruszka, serwatka z mleka 7</u>),</p> <p>OGÓREK KISZONY, PAPRYKA ŚWIEŻA  <b>KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7)</b>  HERBATA Z CYTRYNĄ,  JABŁKO</p>	<p>35/70gr</p> <p>3/5gr</p> <p>10/20gr</p> <p>20/40gr</p> <p>150/200gr</p> <p>150/200gr</p> <p>30/50gr</p>	<p><b>ZUPA RYŻOWA _NA ROSOLE</b> (warzywa: por , marchew, pietruszka, cebula, <u>seler 9, sól , pieprz mielony , lubczyk, ryż</u>)</p> <p><b>KLOPSY WIEPRZOWE Z KAPUSTĄ W SOSIE POMIDOROWYM</b> (łopatka, olej, sól, kapusta biała, <u>kasza manna1, pieprz mielony, pieprz ziołowy, lubczyk, papryka słodka, majeranek, koncentrat pomidorowy, cebula, mąka pszenna 1, jajka 3, jogurt naturalny 7, bułka tarta 1</u>),</p> <p><b>ZIEMNIAKI,</b></p> <p><b>SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO , PAPRYKI ŚWIEŻEJ I KUKURYDZY,</b></p> <p><b>KOMPOT WIELOOWOCOWY</b></p>	<p>200/300g</p> <p>70+60gr</p> <p>sos/</p> <p>100+90gr</p> <p>sos</p> <p>195/260gr</p> <p>75/100gr</p> <p>150/200g</p>	<p><b>CHAŁKA PSZENNA*</b>(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) <b>Z MASŁEM(7)</b></p> <p><b>POWIDŁA ŚLIWKOWE</b>  <b>KAKAO*(gluten 1, soja 6, mleko7)</b>  MANDARYNKA</p>	<p>70gr</p> <p>3gr</p> <p>10gr</p> <p>150gr</p> <p>30gr</p>

<b>CZWARTEK 04.03.2021r.</b>					
<b>BUŁKA MAŚLANA*</b> (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) <b>Z MASŁEM(7)</b> DŻEM TRUSKAWKOWY, <b>KASZA MANNA Z MLEKIEM</b> (pszenica 1, mleko7) HERBATA OWOCOWA, BANAN	35/70gr 3/5gr 10/20gr 200/300gr  150/200gr 30/50gr	<b>ZUPA SZPINAKOWA</b> (warzywa: por , marchew, <b>seler 9</b> , pietruszka, <b>jogurt naturalny 7</b> , szpinak, sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk, czosnek) <b>Z ZIEMNIAKAMI I JAJKIEM3</b> <b>SPAGHETTI</b> (mąka pszenna 1, jajko 3, <b>CARBONARA</b> (serek <b>topiony7</b> , <b>śmietana12%-7</b> , boczek wędzony, kiełbas głogowska, natka pietruszki, czosnek, oregano, bazylija, cebula, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy)	200/300g  250/340gr  150/200gr	<b>ŚNIEŻNY PUCH</b> (ser biały1, <b>herbatniki</b> (mąka pszenna1, <b>jajka3</b> , mleko 7, soja 6),cukier, żelatyna, <b>śmietana 30%7</b> , masło7, wiórki kokosowe) JABŁKO, GRUSZKA HERBATA OWOCOWA	60gr    50gr 150gr
<b>PIĄTEK 05.03.2021r.</b>					
<b>CHLEB PSZENNY*</b> (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) <b>Z MASŁEM(7)</b> , <b>SEREK TOPIONY (7)</b> , OGÓREK KISZONY, RZODKIEWKA <b>KAWA</b> (jęczmień 1, żyto 1) <b>Z MLEKIEM(7)</b> HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 10/20gr 20/40gr 15/30gr  150/200g 150/200gr 30/50gr	<b>ZUPA KOPERKOWA</b> (warzywa: por , marchew, <b>seler 9</b> , pietruszka, <b>jogurt naturalny 7</b> , koperek świeży, sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk) <b>Z MAKARONEM</b> (mąka pszenna 1, jajko 3), RYBA SMAŻONA / PALUSZKI RYBNE ( <b>miruna4</b> , pieprz mielony, sól, olej, pieprz ziołowy oregano, zioła prowansalskie, , <b>mąka pszenna 1, jajka 3, bułka tarta 1</b> ), ZIEMNIAKI, SAŁATA LODOWA Z POMIDORAMI I SOSEM WINEGRET (woda, olej, cytryna, sól, pieprz mielony, cukier), KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr  70/110gr  195/260gr  75/100gr  150/200gr	<b>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*</b> (mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) <b>Z MASŁEM(7)</b> , <b>SER ŻÓŁTY (7)</b> _PAPRYKA ŚWIEŻA, OGÓREK KISZONY HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO	35gr  3gr 10gr 10gr 10gr 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, bazylija, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muskatołowa, rozmaryn, cukier waniliowy, sól

# JADŁOSPIS

## MARZEC 2021r.

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
<b>PONIEDZIAŁEK 08.03.2021r.</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),</b> <b>SER ZÓŁTY (7)</b> PAPRYKA CZERWONA <b>KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7)</b> HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO	35/70gr  3/5gr 15/30gr 20/30gr 150/200gr 150/200gr 30/60gr	<b>BARSZCZ UKRAIŃSKI</b> ( warzywa: por , marchew, pietruszka, <b>seler 9, fasola Jaś 1, kapusta biała, buraczki czerwone, jogurt naturalny Z, czosnek, sól , pieprz mielony, ziota, lubczyk) Z ZIEMNIAKAMI),</b> <b>RACUCHY (mąka pszenna 1, jajko 3, maślanka 7, cukier, cukier waniliowy, proszek do pieczenia)</b> Z JABŁKIEM I CUKREM PUDREM, KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr  200/300gr  150/200gr	KANAPKA: <b>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7),</b> <b>SZYNKĄ DROBIOWĄ*,</b> POMIDOR, SZCZYPIOREK, OGÓREK KISZONY HERBATA Z CYTRYNĄ JABŁKO	35gr  3gr 10gr 10gr 150g 30gr
<b>WTOREK 09.03.2021r.</b>					
<b>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7),</b> <b>TWAROŻEK ŚMIETANKOWY(7) Z RZODKIEWKĄ</b> <b>KAKAO*(gluten 1, soja 6, mleko7)</b> HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr  3/5gr 20/35gr 20/40gr  150/200gr 150/200gr 30/50gr	<b>ZUPA KALAFIOROWA</b> (warzywa: por , marchew, <b>seler 9, pietruszka, jogurt naturalny Z, kalafior, sól , pieprz mielony , ziota, lubczyk) z ZIEMNIAKAMI,</b> UDKO Z KURCZAKA PIECZONE, RYŻ BRĄZOWY Z WARZYWAMI I ZIOŁAMI (kukurydza, papryka świeża, ziota, <b>masło 7, cebula, sól, pieprz mielony),</b> 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	200/300gr  70/110gr  150/200gr  75/100gr  150/200gr	<b>BUDYŃ CZEKOLADOWY (mleko7, masło 7, cukier, cukier waniliowy, mąka ziemniaczana, kakao (gluten 1, soja 6, mleko7)</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE, GRUSZKA HERBATA OWOCOWA	150gr   20gr 30gr 150gr
<b>ŚRODA 10.03.2021r..</b>					
<b>CHLEB SŁONECZNIKOWY* (mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7),</b> <b>POŁĘDWICA SOPOCKA*,</b> _OGÓREK ZIELONY, POMIDOR <b>KAWA(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7)</b> HERBATA OWOCOWA,, JABŁKO	35/70gr  5/10gr 20/40gr 20/40gr 20gr  20/40gr 150/200g 150/200gr 30/60gr	<b>ZUPA Z CZERWONEJ SOCZEWICY*</b> (warzywa: por, marchew, <b>seler9, pietruszka, soczewica, czosnek, sól , pieprz mielony , ziota, majeranek, mąka pszenna 1) Z ZIEMNIAKAMI</b> <b>ŁAZANKI (mąka pszenna 1, jajko 3) Z KAPUSTĄ I KIEŁBASĄ* ,</b> KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr  250/340gr  150/200gr	<b>BATONIK MLECZNO-KAKAOWY(gluten1, mleko7, orzechy8, sezam11),</b> MANDARYNKA, <b>KAKAO*(gluten 1, soja 6, mleko7)</b>	26gr   30gr 150gr

<b>CZWARTEK 11.03.2021r..</b>					
<b>CHAŁKA PSZENNA*</b> ( <u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) <b>Z MASŁEM(7)</b> I POWIDŁAMI ŚLIWKOWYMI, <b>PŁATKI RYŻOWE Z MLEKIEM(7)</b> ŻURAWINĄ, HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 10/20gr 200/300gr  150/200gr 30/60gr	<b>ROSÓŁ</b> (por , marchew, pietruszka, cebula, <u>seler 9</u> , sól , pieprz mielony, lubczyk) <b>Z MAKARONEM</b> ( <u>mąka pszenna 1</u> , <u>jajko 3</u> ), <b>PIECZEŃ WIEPRZOWA W SOSIE WŁASNYM</b> (topatka, cebula, <u>joURT naturalny7</u> , <u>mąka pszenna1</u> , olej, majeranek, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka,) <b>KLUSKI ŚLĄSKIE</b> ( <u>mąka ziemniaczana</u> , <u>jajko 3</u> , ziemniaki), BURACZKI (cebula, sól, pieprz mielony, cukier, cytryna), KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr 70+30gr sos/ 90+60gr sos 150/200gr 60/80gr 150/200gr	GALARETKA Z OWOCAMI MANDARYNKA, JABŁKO WAFLE RYŻOWE, HERBATA OWOCOWA	150gr 50gr 18gr 150gr
<b>PIĄTEK 12.03.2021r..</b>					
<b>CHLEB PSZENNY*</b> ( <u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) <b>Z MASŁEM(7)</b> PASTA Z TUŃCZYKA , <b>JAJKIEM3</b> , <b>SEREM ŻÓŁTYM(7)</b> Z MAJONEZEM*( <u>jaja 3</u> , <u>gorczyca10</u> ), <b>KAWA</b> ( <u>jęczmień</u> , <u>żyto 1</u> ) <b>Z MLEKIEM(7)</b> HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 3/5gr  30/40gr  150/200gr 150/200gr 30/50gr	<b>ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI</b> , (warzywa: por , marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, fasolka szparagowa, cebula, ziemniaki, <u>joURT naturalny 7</u> , sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk), <b>MAKARON Z BIAŁYM SEREM(7)</b> , ( <u>mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1</u> , <u>jajko 3</u> cukier, cukier waniliowy,) KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr   280/380gr  150/200gr	KISIEL TRUSKAWKOWY ( <u>mąka ziemniaczana</u> , woda, cukier, truskawka owoce mieszane) , <b>BISZKOPTY</b> ( <u>mąka pszenna1</u> , <u>jajka3</u> ), GRUSZKA HERBATA MALINOWA	150gr   30gr 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, bazylija, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muskatołowa, rozmaryn, cukier waniliowy, sól