

JADŁOSPIS

STYCZEŃ 2022r.

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
PONIEDZIAŁEK 03.01.2022r.					
BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA* (<u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) <u>Z MASŁEM(7)</u> , SERSER ŻÓŁTY (7) OGÓREK KISZONY, POMIDOR KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA JABŁKO	35/70gr 3/5gr 10/20gr 10/20gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA POMIDOROWA (por, marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła, koncentrat pomidorowy), <u>Z MAKARONEM (mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3,)</u> PALUSZKI RYBNE (miruna4, marchew, cebula, pietruszka, seler, pieprz mielony, sól, pieprz ziołowy oregano,) ZIEMNIAKI, SURÓWKA KAPUSTY KISZONEJ MARCHWI, JABŁKA I CEBULI (olej, sól, pieprz mielony, cukier), KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr 70/110gr 150/200gr 60/90gr 150/200gr	NALEŚNIKI (mąka pszenna 1, jajko 3, mleko 7, cukier, cukier waniliowy) Z DŻEM TRUSKAWKOWY, HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	150gr 20gr 30gr 150gr
WTOREK 04.01.2022r.					
BUŁKA MAŚLANA* (<u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) <u>Z MASŁEM(7)</u> , POWIDŁA ŚLIWKOWE KAKAO*(gluten 1, soja 6, mleko7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO,	40/80gr 3/5gr 10/20gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA OGÓRKOWA (warzywa: por, marchew, pietruszka, <u>seler 9</u> , ogórek kiszony, <u>jogurt naturalny 7</u> , czosnek, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk) Z ZIEMNIAKAMI, PRAŻUCHY (ziemniak, <u>mąka pszenna 1</u> , mąka ziemniaczana) Z CEBULKĄ SMAŻONĄ (cebula, olej) I <u>MAŚLANKA (7)</u> KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr 150/250gr 60/90gr 150/200gr	BUDYŃ CZEKOLADOWY (mleko 7, masło 7, cukier, cukier waniliowy, mąka ziemniaczana, kakao (gluten 1, soja 6, mleko7)) CHRUPKI KUKURYDZIANE, GRUSZKA HERBATA Z CYTRYNĄ	150gr 20gr 30gr 150gr
ŚRODA 05.01.2022r.					
CHAŁKA PSZENNA* (<u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) <u>Z MASŁEM(7)</u> POWIDŁAMI ŚLIWKOWYMI, PŁATKI KUKURYDZIANE*(gluten 1, mleko 7, soja 6) Z MLEKIEM(7) , HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 15/30gr 200/300gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA BROKUŁOWA (warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, <u>jogurt naturalny 7</u> , brokuł, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk) Z MAKARONEM (mąka pszenna 1, jajko3) , FILET Z KURCZAKA PANIEROWANY (bułka tarta 1, mąka pszenna 1, jajko 3) , ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM, SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ, MARCHWI, PORY Z MAJONEZEM*(jaja 3, gorczyca10) , KOMPOT JABŁKOWY	200/300g 70/110gr 150/200gr 70/100gr 150/200gr	BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA* (<u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) <u>Z MASŁEM(7)</u> , SZYŃKA DROBIOWA* , OGÓREK KISZONY HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO	35gr 3gr 10gr 10gr 150gr 30gr

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
CZWARTEK 06.01.2022r. DZIEŃ WOLNY					
PIĄTEK 07.01.2022r.					
CHLEB PSZENNY* (<u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) <u>Z MASŁEM(7)</u> , MAKRELA W POMIDORACH* , KAKAO* (<u>gluten 1, soja 6, mleko7</u>)/ HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	ROSÓŁ (por , marchew, pietruszka, cebula, <u>seler 9</u> , sól , pieprz mielony, lubczyk) Z MAKARONEM (<u>mąka pszenna 1, jajko 3</u>), RYŻ BRĄZOWY Z MUSEM TRUSKAWKOWYM, KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr 250/340gr 150/200gr	SOK MARCHEW-JABŁKO-BANAN, CIASTKA ZBOŻOWE, (<u>gluten1, mleko7, orzechy8, sezam11</u>), BANAN, JABŁKO	150gr 20gr 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 ziółowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazyliia, tymianek, kminek, liść lubczyka, zióła prowansalskie, papryka słodka, cukier waniliowy, sól

JADŁOSPIS		STYCZEŃ 20221r.			
ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
PONIEDZIAŁEK 10.01.2022R.					
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), PASZTET DROBIOWY*(woda, mięso z kurczaka, wątroba z kurczaka, kasza manna 1, sól, białko sojowe 6, cebula, marchew, pietruszka, serwatka z mleka 7), OGÓREK KISZONY, PAPRYKA ŚWIEŻA KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 10/20gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA Z CZERWONEJ SOCZEWICY* (warzywa: por, marchew, seler9, pietruszka, soczewica, czosnek, sól, pieprz mielony, zioła, majeranek, mąka pszenna 1) Z ZIEMNIAKAMI KLUSKI DROŻDŻOWE (mąka pszenna 1, jajko 3, mleko 7, cukier, cukier waniliowy, drożdże) Z SOSEM JOGURTOWO-TRUSKAWKOWYM (jogurt naturalny 7, truskawki, cukier) KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr 200/300gr 150/200gr	TOST (CHLEB TOSTOWY PSZENNY* : mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier,) MASŁO(7) Z SEREM(7) I SZYNKA*, HERBATA OWOCOWA, BANAN	100gr 150gr 30gr
WTOREK 11.01.2022R.					
BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) z MASŁEM(7), TWAROŻEK ŚMIETANKOWY(7) OGÓREK ZIELONY KAKAO*(gluten 1, soja 6, mleko7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 20/35gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA POMIDOROWA (warzywa: por, marchew, seler 9, pietruszka, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła, koncentrat pomidorowy) Z RYŻEM PALUSZKI RYBNE (miruna4, marchew, cebula, pietruszka, seler, pieprz mielony, sól, pieprz ziołowy oregano, zioła prowansalskie, koncentrat pomidorowy), ZIEMNIAKI, SURÓWKA MARCHWI, PORY I JABŁKA, KOMPOT JABŁKOWY	200/300gr 70/110gr 150/200gr 60/80gr 150/200gr	BUŁKA MAŚLANA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) KREMEM CZEKOLADOWO-ORZECHOWYM*(orzechy8, soja 6, mleko7, gluten1) KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) JABŁKO	35gr 3gr 10gr 150gr 30gr
ŚRODA 12.01.2022R.					
CHLEB PSZENNY*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), POŁĘDWICA SOPOCKA*, OGÓREK KISZONY, KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 20/40gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	BARSZCZ CZERWONY (warzywa: por, marchew, pietruszka, seler 9, buraczki czerwone, jogurt naturalny 7, czosnek, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk) Z ZIEMNIAKAMI), KLOPSY WIEPRZOWE W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, koncentrat pomidorowy, lubczyk, papryka słodka, majeranek, cebula, mąka pszenna 1, jajka 3, jogurt naturalny 7, bułka tarta 1), ZIEMNIAKI, SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO I PAPRYKI ŚWIEŻEJ I CEBULI KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300g 70+60gr sos/ 100+90gr sos 90/150gr 60/90gr 150/200gr	BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), PARÓWKI Z SZYNKI Z KE CZUPEM*, HERBATA MALINOWA JABŁKO	35gr 3gr 10gr 150gr 50gr

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
CZWARTEK 13.01.2022R.					
CHAŁKA PSZENNA* (<u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) DŻEMEM WIŚNIOWYM, PŁATKI CZEKOLADOWE Z MLEKIEM* (<u>gluten 1</u> , <u>mleko 7</u> , <u>soja 6</u> , <u>orzechy 8</u>) z mlekiem(7) , HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 15/30gr 200/300gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA Z ZIELONEGO GROSZKU (zielony groszek, warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, <u>jogurt naturalny 7</u> , sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła) Z ZIEMNIAKAMI UDKO Z KURCZAKA PIECZONE, RYŻ BRAZOWY Z ZIOŁAMI, KUKURYDZĄ I PAPRYKĄ ŚWIEŻĄ, SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ, MARCHWI I JABŁKA KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr 70/110gr 80/120gr 60/90gr 150/200gr	KANAPKA: BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA* (<u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) , SER ŻÓŁTY(7)* , POMIDOR, SZCZYPIOREK, OGÓREK KISZONY HERBATA Z CYTRYNĄ JABŁKO	35gr 3gr 10gr 10gr 10gr 150gr 30gr
PIĄTEK 14.01.2022R.					
CHLEB SŁONECZNIKOWY* (<u>mąka pszenna 1</u> , <u>mąka żytnia 1</u> , woda, <u>słonecznik 8</u> , drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) , MAKRELA W POMIDORACH* , KAWA(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA KALAFIOROWA (warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, <u>jogurt naturalny 7</u> , kalafior, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk) z ZIEMNIAKAMI, MAKARON Z BIAŁYM SEREM(7) , (<u>mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1</u> , <u>jajko 3</u> cukier, cukier waniliowy), KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr 200/300gr 150/200gr	BATONIK MLECZNO-KAKAOWY (<u>gluten1</u> , <u>mleko7</u> , <u>orzechy8</u> , <u>sezam11</u>), MANDARYNKA, HERBATA OWOCOWA SOK MARCHEW-JABŁKO-BANAN	30gr 50gr 150gr 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 ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, cukier waniliowy, sól

JADŁOSPIS

STYCZEŃ 2022r.

ŚNIADANIE

OBIAD

PODWIECZOREK

PONIEDZIAŁEK 17.01.2022R.

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), POŁĘDWICA DROBIOWA* PAPRYKA ŚWIEŻA, KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO	35/70gr	KRUPNIK, (kasza jęczmienna, warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła,) Z ZIEMNIAKAMI RACUCHY (mąka pszenna 1, jajko 3, mleko 7, cukier, cukier waniliowy, drożdże) Z JABŁKIEM I CUKREM PUDREM, KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr	PIZZA Z SEREM ŻÓŁTYM , SZYNKĄ I ZIOŁAMI*(mąka pszenna1, drożdże, olej, sól, cukier, woda, ser żółty3, szynka drobiowa), JABŁKO, HERBATA Z CYTRYNĄ	100gr
	3/5gr		200/300gr		30gr
	15/30gr		150/200gr		150gr
	20/30gr		30/50gr		

WTOREK 18.01.2022R.

BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), PASTA Z JAJEK*(jajko3, majonez*(jaja 3, gorczyca10),, sól, pieprz mielony) ZE SZCZYPIORKIEM KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr	ZUPA GROCHOWA* (warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, groch łuskany, czosnek, sól, pieprz mielony, zioła, majeranek, <u>mąka pszenna 1</u>) Z ZIEMNIAKAMI FILET Z KURCZAKA Z WARZYWAMI (filet z kurczaka, olej, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka, majeranek, cebula, <u>mąka pszenna 1, jajka 3, jogurt naturalny 7, papryka świeża, pieczarki, marchew, pietruszka)</u> RYŻ, SURÓWKA Z SELERA I RODZYNKAMI Z MAJONEZEM*(jaja 3, gorczyca10). KOMPOT JABŁKOWY	200/300gr	BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), PARÓWKI Z SZYNKI Z KE CZUPEM*, HERBATA MALINOWA JABŁKO	35gr
	3/5gr		70/90gr		3gr
	30/60gr		100/150gr		10gr
	150/200gr		60/80gr		150gr

ŚRODA 19.01.2022R.

CHLEB PSZENNY*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) SER ŻÓŁTY(7), POMIDOR, SAŁATA MASŁOWA, KAWA(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr	ZUPA KOPERKOWA (warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u>, pietruszka, jogurt naturalny 7, koperek świeży, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk) Z MAKARONEM (mąka pszenna 1, jajko 3), BIGOS* (Kapusta biała, kapusta kiszona, kiełbaska głogowska, łopatka, sól, pieprz mielony, papryka czerwona, zioła majeranek, pieprz ziołowy, koncentrat pomidorowy, cebula), ZIEMNIAKI, KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr	JABŁECZNIK (mąka pszenna 1, jajka3, olej, cukier waniliowy, cukier, proszek do pieczenia, jabłko) KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7) BANAN	60gr
	3/5gr		70/90gr		150gr
	15/30gr		100/150gr		50gr
	20/40gr		150/200gr		

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
CZWARTEK 20.01.2022R.					
CHAŁKA PSZENNA* (<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7) POWIDŁAMI ŚLIWKOWYMI, PŁATKI KUKURYDZIANE* (<u>gluten 1, mleko 7, soja 6</u>) Z MLEKIEM(7) , HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 10/20gr 200/300gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA SZPINAKOWA (warzywa: por , marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, <u>jogurt naturalny 7</u> , szpinak, sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk, czosnek] Z ZIEMNIAKAMI SPAGHETTI (mąka pszenna 1, jajko 3 , Z POMIDORAMI I MIĘSEM (koncentrat pomidorowy, olej, cebula, sól, pieprz mielony, papryka słodka, oregano, majeranek, bazylia, łąpatka, pomidory w puszcze), KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr 200/300gr 150/200gr	CIASTKA ZBOŻOWE, (gluten1, mleko7, orzechy8, sezam11), JABŁKO, BUDYŃ CZEKOLADOWY (mleko 7, masło 7, cukier, cukier waniliowy, mąka ziemniaczana, kakao (gluten 1,soja 6, mleko7) HERBATA OWOCOWA	30gr 30gr 150gr 150gr
PIĄTEK 21.01.2022R.					
BUŁKA GRAHAMKA (Mąka pszenna graham, mąka pszenna, mąka żytnia1, drożdże, woda, cukier, olej, sól)/BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA* (<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7) , PASTA Z TUŃCZYKA, JAJKIEM3, SEREM ŻÓŁTYM(7) Z MAJONEZEM*(jaja 3, gorczyca10), KAWA(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	90gr 35gr 3/5gr 30/60gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	BARSZCZ UKRAIŃSKI (warzywa: por , marchew, pietruszka, <u>seler9, fasola Jaś 1</u> , kapusta biała, buraczki czerwone , <u>jogurt naturalny 7</u> , czosnek, sól , pieprz mielony zioła, lubczyk) Z ZIEMNIAKAMI, RYŻ Z MUSEM TRUSKAWKOWYM KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr 280/380gr 150/200gr	CHAŁKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) KREM CZEKOLADOWO-ORZECHOWYM*(orzechy8, soja 6, mleko7, gluten1) KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7) HERBATA OWOCOWA, BANAN	70gr 3gr 10gr 150gr 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 gorczyca.

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, cukier waniliowy, sól

JADŁOSPIS

STYCZEŃ 2022r.

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
PONIEDZIAŁEK 24.01.2022R.					
CHLEB PSZENNY*(<u>mąka pszenna 1</u>, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), SZYNKA GOTOWANA*, PAPRYKA ŚWIEŻA, z KAWA(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 15/30gr 20/30gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY*(warzywa: por , marchew, seler 9, pietruszka, kapusta kiszona, cebula, ziemniaki, sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk, majeranek) Z ZIEMNIAKAMI, MAKARON (mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3,) Z WARZYWAMI (marchew, papryka czerwona, kukurydza, fasola czerwona, fasola szparagowa, pietruszka, cebula, seler 9) I MIĘSEM DROBIOWYM, HERBATA Z CYTRYNĄ	200/300gr 200/300gr 150/200gr	BABKA WŁASNEGO WYPIEKU(mąka pszenna 1, jaja3), JABŁKO, KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7)// HERBATA Z CYTRYNĄ	60gr 30gr 150gr
WTOREK 25.01.2022R.					
CHAŁKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1</u>, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) POWIDŁA ŚLIWKOWE, KAKAO*(gluten 1,soja 6, mleko7) HERBATA OWOCOWA, MANDARYNKA	35/70gr 3/5gr 10/20gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA POMIDOROWA (warzywa: por , marchew, seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7, sól , pieprz mielony , lubczyk, zioła, koncentrat pomidorowy) Z MAKARONEM (mąka pszenna 1, jajko 3), PIECZEŃ WIEPRZOWA W SOSIE WŁASNYM (łopatka, cebula, jogurt naturalny7, mąka pszenna1, olej, majeranek, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka,) KASZA JĘCZMIENNO-GRYCZANA BURACZKI (cebula, sól, pieprz mielony, cukier, cytryna), KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr 70+30gr sos/ 90+60gr sos 90/150gr 60/90gr 150/200gr	BATONIK MLECZNO-KAKAOWY (gluten1, mleko7, orzechy8, sezam11), MANDARYNKA KAWA(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7)	30gr 50gr 150gr
ŚRODA 26.01.2022R.					
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), TWAROŻEK ŚMIETANKOWY(7) OGÓREK ZIELONY KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 20/35gr 20/40gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA BROKUŁOWA * (warzywa: por, marchew, pietruszka, seler 9, ziemniaki, brokuł, , sól , pieprz mielony , zioła, majeranek, jogurt naturalny 7) Z ZIEMNIAKAMI GYROS DROBIOWY* (filet z kurczaka, sól, pieprz mielony, papryka słodka, zioła), RYŻ BRĄZOWY Z WARZYWAMI I ZIOŁAMI (kukurydza, papryka świeża, zioła, masło 7, cebula, sól, pieprz mielony), SURÓWKA Z MARCHWI I I BRZOSKWIŃ (marchew, brzoskwinie w puszcze, sól, pieprz mielony, cukier, kwasek cytrynowy) KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300g 70/110gr 80/120gr 60/90gr 150/200g	RAFAELLO NA KRAKERSACH(krakers jęczmień,pszenicę1, jaja3 Sezam11, mleko7),mąka krupczatka1, masło7, wiórki kokosowe, cukier) JABŁKO, HERBATA ŻURAWINOWA	60gr 30gr 150gr

ŚNIADANIE		OBIAD		PODWIECZOREK	
CZWARTEK 27.01.2022R.					
ROGAL_PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), DŻEM TRUSKAWKOWY PŁATKI OWSIANE(gluten1) Z MLEKIEM(7) I ŻURAWINĄ, HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 15/30gr 200/300gr 5/10gr 150/200gr 30/50gr	ROSÓŁ (warzywa: por , marchew, pietruszka, cebula, seler 9 , sól , pieprz mielony, lubczyk) z makaronem (mąka pszenna 1, jajko3) , FASOLKA PO BRETOŃSKU (fasola Jaś, koncentrat pomidorowy, majeranek, pieprz mielony, pieprz ziołowy, sól, olej, cebula, papryka słodka, oregano, bazylija, mięso wieprzowe, kielbasa głogowska, boczek wędzony parzony) ZIEMNIAKAMI KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300g 200/300gr 100/150gr 150/200gr	DESER JOGURTOWO-OWOCOWY Z SOSEM TRUSKAWKOWYM (jogurt naturalny2, , truskawki, cukier, żelatyna) CIASTKA ZBOŻOWE, (gluten1, mleko7, orzechy8, sezam11), BANAN, JABŁKO HERBATA Z CYTRYNĄ	150gr 30gr 50gr 150gr
PIĄTEK 28.01.2022R.					
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), SEREK TOPIONY (7), OGÓREK KISZONY, KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 10/20gr 20/30gr 150/200g 150/200gr 30/50gr	ZUPA Z ZIELONEGO GROSZKU (zielony groszek, warzywa: por , marchew, seler 9 , pietruszka, jogurt naturalny 7 , sól , pieprz mielony , lubczyk, zioła) Z ZIEMNIAKAMI , NALEŚNIKI (mąka pszenna 1, jajko 3, mleko 7, cukier, cukier waniliowy) Z TWAROŻKIEM (7)/ DŻEM TRUSKAWKOWY, KOMPOT WIELOOWOCOWY	200/300gr 210/280gr 150/200gr	SOK JABŁKOWY- MARCHEW-BANAN, PALUSZKI*(mąka pszenna1, sezam 11) GRUSZKA HERBATA OWOCOWA	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, bazylija, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, cukier waniliowy, sól