

Jadłospis od dnia 1 października do dnia 12 października 2018 r.

Dzień	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek
PONIEDZIAŁEK 1.10.2018	Kawa (<u>jęczmień</u> , <u>żyto</u>) na <u>mleku</u> , chleb pszenno-żytni (<u>mąka pszenna</u> , <u>żytnia</u>), <u>masło</u> , <u>ser żółty</u> , pomidor.	Rodzynki.	Zupa kalafiorowa (kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , por, natka, <u>śmietana</u>), indyk z warzywami (filet z indyka, cukinia, papryka, marchew, <u>seler</u> , pietruszka, koncentrat pomidorowy, <u>mąka pszenna</u>), kasza kuskus. Kompot z wiśni i czarnej porzeczki.	Jabłko, gruszka.
WTOREK 2.10.2018	Kakao (<u>soja</u> , <u>gluten</u>) na <u>mleku</u> , chleb graham (<u>mąka pszenna</u> , <u>graham</u> , <u>żytnia</u> , <u>jęczmienna</u>), <u>masło</u> , <u>pasta jajeczna</u> ze szczypiorem i rzodkiewką.	Jabłko.	Barszcz czerwony (buraki, ziemniaki, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , por, natka, <u>śmietana</u>), kotlety mielone (szynka, <u>bułka pszenna</u> , <u>jaja</u> , cebula, <u>bułka tarta</u> , olej rzepakowy), marchew gotowana, ziemniaki. Kompot z wiśni i czarnej porzeczki.	Kasza kukurydziana z musem owocowym (<u>mleko</u> , kasza kukurydziana, truskawki).
ŚRODA 3.10.2018	Płatki jaglane na <u>mleku</u> , chleb pszenno-żytni (<u>mąka pszenna</u> , <u>żytnia</u>), pasta mięsno-warzywna (filet z kurczaka, marchew, <u>seler</u> , pietruszka, <u>masło</u> , natka pietruszki).	Gruszka.	Zupa jarzynowa (kalafior, brokuł, marchew, ziemniaki, <u>seler</u> , pietruszka, por, natka, <u>śmietana</u>), gulasz tradycyjny (szynka, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , cebula, <u>mąka pszenna</u>), buraczki z jabłkiem, kasza orkiszowa. Kompot z wiśni i czarnej porzeczki.	Banan, jabłko.
CZWARTEK 4.10.2018	Kawa (<u>jęczmień</u> , <u>żyto</u>) na <u>mleku</u> , bułka pszenna (<u>mąka pszenna</u>), <u>masło</u> , szynka, pomidor, sałata.	Słonecznik.	Krupnik jaglany (kasza jaglana, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> , pietruszka, por, natka), kotlet z fileta panierowany (filet z kurczaka, <u>jaja</u> , <u>mąka pszenna</u> , <u>bułka tarta</u> , olej rzepakowy), surówka z <u>selera</u> , marchwi i jabłka z <u>jogurtem</u> , ziemniaki. Kompot z wiśni i czarnej porzeczki.	Smoothie z banana, kiwi i soku jabłkowego.
PIĄTEK 5.10.2018	Zacierka (<u>mąka pszenna</u> , <u>jaja</u>) na <u>mleku</u> , chleb graham (<u>mąka graham</u> , <u>jęczmienna</u> , <u>pszenna</u> , <u>żytnia</u>) <u>masło</u> , pasta z <u>twarożku</u> z awokado.	Jabłko.	Zupa pomidorowa z ryżem (ryż, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , por, natka, <u>śmietana</u>), pulpety z dorsza (filet z dorsza, <u>bułka pszenna</u> , <u>jaja</u> , cebula, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , <u>mąka pszenna</u>), fasolka szparagowa z <u>masłem</u> , ziemniaki. Kompot z wiśni i czarnej porzeczki.	Gruszka, banan.
PONIEDZIAŁEK 8.10.2018	Herbata owocowa, chleb pszenno-żytni (<u>mąka pszenna</u> , <u>żytnia</u>), <u>masło</u> , pasztet drobiowy, ogórek kiszony.	Żurawina.	Zupa gulaszowa (szynka, ziemniaki, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , papryka, por, natka), ryż z jabłkiem i cynamonem z polewą <u>jogurtowo-waniliową</u> . Kompot z wiśni i czarnej porzeczki.	<u>Twarożek</u> z owocami.

WTOREK 9.10.2018	Kawa (<u>jęczmień, żyto</u>) na <u>mleku</u> , chleb graham (<u>mąka graham, żytnia, pszenna, jęczmienna</u>), <u>masło, ser żółty</u> , papryka świeża.	Gruszka.	Zupa ogórkowa (ogórki kiszone, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> , pietruszka, por, natka, <u>śmietana</u>), pulpety drobiowe w sosie pomidorowym (filet z kurczaka, <u>jaja, bułka pszenna</u> , cebula, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , koncentrat pomidorowy, <u>mąka pszenna</u>), kalafior z <u>masłem</u> , ziemniaki. Kompot z wiśni.	Mus owocowy z mango i sokiem z pomarańczy.
ŚRODA 10.10.2018	Kakao (<u>soja, gluten</u>) na <u>mleku</u> , chleb pszenno-żytni (<u>mąka pszenna, żytnia</u>), <u>masło</u> , szynka z fileta, jajko, pomidor, sałata.	Jabłko.	Zupa selerowa z ryżem (<u>seler</u> , ryż, marchew, pietruszka, por, natka), schab panierowany duszony (schab, jaja, <u>mąka pszenna, bułka tarta</u> , olej rzepakowy), sałatka z ogórka i rzodkiewki z koperkiem z oliwą, ziemniaki. Kompot z wiśni i czarnej porzeczki.	Koktajl z <u>jogurtu naturalnego</u> z truskawką i bananem.
CZWARTEK 11.10.2018	Kawa (<u>jęczmień, żyto</u>) na <u>mleku</u> , chleb pszenno-żytni (<u>mąka pszenna, żytnia</u>), <u>masło</u> , pasta z makreli i twarogu (<u>makreła wędzona, twaróg, szczypior</u>), ogórek.	Winogrona.	Zupa brokułowa (brokuł, ziemniaki, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , por, natka, <u>śmietana</u>), spaghetti z sosem mięsno-pomidorowym z ziołami (szynka, marchew, <u>seler</u> , pietruszka, cebula, makaron- <u>mąka pszenna, jaja</u> , koncentrat pomidorowy, <u>mąka pszenna, zioła prowansalskie, czosnek</u>). Kompot z wiśni i czarnej porzeczki.	Jabłko, gruszka.
PIĄTEK 12.10.2018	Płatki <u>jęczmienne (gluten)</u> na <u>mleku</u> , kawiora (<u>mąka pszenna</u>), <u>masło, twarożek</u> z pomidorem i szczypiosem	Pestki dyni.	Zupa wiejska z zacierką (ziemniaki, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , por, natka, zacierka- <u>mąka pszenna, jaja</u>), burgery rybne (filet z dorsza, <u>kasza manna, ser żółty, jajko, bułka tarta</u> , cebula, olej rzepakowy), surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i jabłkiem z jogurtem, ziemniaki. Kompot z wiśni	Banan.

Codziennie picie wody.

ALERGENY

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby
5. Orzeszki ziemne
6. Soja
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy, migdały
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu
12. Dwutlenek siarki i siarczyny
13. Łubin
14. Mięczaki