

Jadłospis

ważny od 27-03-2023 do 31-03-2023

Poniedziałek

Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Pieczycywo mieszane (bagietka, bułka grahamka/pełnoziarnista, chleb razowy, chleb pełnoziarnisty) z masłem, jajecznicą ze szczypiorkiem, kiełbasa krakowska sucha, kakao, sałata, ogórek kiszony, herbata miętowa z miodem, imbirem i cytryną Alergeny: *zboża zawierające gluten *mleko i przetwory pochodne *jaja i produkty pochodne
Drugie śniadanie	Chałka z masłem i miodem, mleko, banan, morele Dieta bm: napój owsiany Woda mineralna niegazowana Alergeny: *zboża zawierające gluten *mleko i przetwory pochodne
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: porcje rosółowe, skrzydło indycze, ryż, koncentrat pomidorowy, śmietanka, marchew, por, pietruszka, seler, natka, przyprawy), kotlet mielony (łopatka wieprzowa, jaja, bułka, przyprawy), ziemniaki puree z koperkiem, mizeria z ogórka świeżego ze szczypiorkiem i jogurtem naturalnym, jabłko, kompot śliwkowy Alergeny: *mleko i przetwory pochodne *jaja i produkty pochodne *seler i produkty pochodne

Wtorek

Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Płatki orkiszowe na mleku, pieczywo mieszane (bagietka, bułka grahamka/pełnoziarnista, chleb ciemny razowy, chleb pełnoziarnisty) z masłem, serek "Almette" z koperkiem, polędwica wieprzowa, pomidor cherry, sałata, herbata owocowa z miodem, imbirem i cytryną Alergeny: *zboża zawierające gluten *mleko i przetwory pochodne
Drugie śniadanie	Oponki z ciasta francuskiego, kakao, pomarańcze Dieta bm: napój migdałowy Woda mineralna niegazowana Alergeny: *zboża zawierające gluten *mleko i przetwory pochodne
Obiad	Zupa krem z dyni (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: porcje rosółowe, szyje indycze, skrzydło indycze, dynia, ziemniaki, marchew, por, pietruszka, seler, przyprawy), klopsiki drobiowe w sosie porowym (mięso drobiowe, jaja, bułka, mąka, śmietanka, przyprawy), kasza gryczana na sypko, surówka z ogórka kiszzonego z marchewką i oliwą z oliwek, jabłko, kompot truskawkowy Alergeny: *mleko i przetwory pochodne *seler i produkty pochodne

Środa

Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Pieczycywo mieszane (bagietka, bułka grahamka/pełnoziarnista, chleb razowy, chleb pełnoziarnisty) z masłem, pasta szynkowo-jajeczna z awokado (wyrób własny: jaja gotowane, szynka, majonez, przyprawy), kiełbasa wiejska, kakao, rzodkiewka, sałata, herbata malinowa z miodem, imbirem i cytryną Alergeny: *zboża zawierające gluten *mleko i przetwory pochodne *jaja i produkty pochodne

Drugie śniadanie	Koktajl mleczno-owocowy (wyrób własny: jogurt grecki naturalny, truskawka, malina, cukier waniliowy), herbatniki Petit, jabłko Dieta bm: mleko bez laktozy Woda mineralna niegazowana Alergeny: *zboża zawierające gluten *mleko i przetwory pochodne
Obiad	Rosół z makaronem (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: porcje rosółowe, skrzydło indycze, szyja indycza, makaron, marchew, por, pietruszka, seler, natka, koperek, przyprawy), podudzie kurczące pieczone, ryż paraboliczny, surówka colesław z pestkami słonecznika i oliwą z oliwek, pomarańcze, kompot truskawkowy Alergeny: *zboża zawierające gluten *seler i produkty pochodne

Czwartek

Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Pieczywo mieszane (bagietka, bułka grahamka/pełnoziarnista, chleb ciemny, chleb pełnoziarnisty) z masłem, pasztet wegański z kaszą jaglaną, rolada z kurczaka, sałata, papryka kolorowa, kakao, herbata wieloowocowa z miodem, imbirem i cytryną Alergeny: *zboża zawierające gluten *mleko i przetwory pochodne
Drugie śniadanie	Bułka pełnoziarnista z masłem i konfiturą malinową, mleko, banan Dieta bm: napój migdałowy Woda mineralna niegazowana Alergeny: *zboża zawierające gluten *mleko i przetwory pochodne
Obiad	Zupa ogórkowa (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: porcje rosółowe, skrzydło indycze, ogórki kiszzone, ziemniaki, śmietanka, marchew, por, pietruszka, seler, koperek, natka, przyprawy), makaron z twarogiem (makaron, twaróg półtusty, śmietanka, cukier waniliowy), surówka z marchewki, mango i ananasa świeżego z jogurtem naturalnym, kompot wieloowocowy Alergeny: *zboża zawierające gluten *mleko i przetwory pochodne *seler i produkty pochodne

Piątek

Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Zupa mleczna - kasza kuskus, pieczywo mieszane (bagietka, bułka grahamka/pełnoziarnista, chleb razowy, chleb pełnoziarnisty) z masłem, ser żółty, szynka wieprzowa gotowana, ogórek kiszony, sałata, marchewka do chrupania, herbata owocowa z miodem, imbirem i cytryną Alergeny: *zboża zawierające gluten *mleko i przetwory pochodne
Drugie śniadanie	Płatki "Nestle" z mlekiem, chrupki kukurydziane, kiwi Dieta bm: mleko bez laktozy Woda mineralna niegazowana Alergeny: mleko i przetwory pochodne
Obiad	Zupa koperkowa z kluseczkami (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: porcje rosółowe, skrzydło indycze, szyje indycze, makaron zacierka, koperek, śmietanka, marchew, por, pietruszka, seler, przyprawy), filet z ryby w cieście naleśnikowym, ziemniaki puree z koperkiem, surówka z kapusty kiszzonej z żurawiną i oliwą z oliwek, jabłko, kompot owocowy Alergeny: *zboża zawierające gluten *ryby i produkty pochodne *seler i produkty pochodne