

Jadłospis

Dzień: 1 - Poniedziałek, 2020-01-20

I śniadanie

1. **Kawa inka 150g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
2. **Filet wiśniowy z indyka 12g (Mleko, łącznie z laktozą, Soja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
3. **Ser żółty gouda 15g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. **Papryka czerwona 13g**
5. **Rzodkiewka 11g**
6. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
7. **Bułka wieloziarnista i kajzerka 30g (Zboża zawierające gluten)**

II śniadanie

1. **Zupka ogórkowa z indykiem 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne, Mleko, bez laktozy)**
2. **Gruszka 50g**

obiad

1. **Racuchy z jabłkami 120g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. **Sos jogurtowo-jagodowy 70g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Sałatka owocowa 80g**
4. **Sok tymbark 100% pomarańcz 150g**

Dzień: 2 - Wtorek, 2020-01-21

I śniadanie

1. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Bułka sojowa i kajzerka 30g (Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)**
3. **Kasza kukurydziana na mleku 2% 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. **Schab pieczony na maśle kabanos 12g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne, Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, Nasiona sezamu i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
5. **Papryka czerwona 12g, sałata, rzodkiewka**
6. **Herbata owocowa 150g**

II śniadanie

1. **Barszcz czerwony zabieleny z wkładką mięsną i ziemniakami 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**

obiad

1. **Makaron z kielbasą i twarogiem 150g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
2. **Kompot z truskawką 150g**
3. **Jabłko 80g**

Dzień: 3 - Środa, 2020-01-22

I śniadanie

1. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Rogal maślany 80g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
3. **Masło orzechowe 20g (Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, Orzechy (orzech laskowy), Orzechy (orzech włoski))**
4. **Makaron literki na mleku 2% 130g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
5. Herbata z miodem i imbirem 150g
6. Dżem łowicz 100% brzoskwinia 5g

II śniadanie

1. **Zupka pomidorowa z ryżem parabolicznym 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne)**

obiad

1. **Pierś z kurczaka w ziołach 80g (Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. **Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem 100g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. Kompot z truskawką 150g
4. **Marchew z groszkiem 100g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**

Dzień: 4 - Czwartek, 2020-01-23

I śniadanie

1. **Zacierka na mleku 2% 150g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
2. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. Kielbasa krakowska sucha 12g
4. Ogórek kwaszony 12g
5. **Ser żółty gouda 12g (Mleko, łącznie z laktozą)**
6. Pomidor 14g
7. **Bulka sojowa 80g (Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)**
8. Sałata 3g
9. Rzodkiewka 5g
10. Herbata melisa z pomarańczą 150g

II śniadanie

1. **Zupka gulaszowa 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)**

obiad

1. Warzywa na patelni z ryżem (200g)
2. Kompot owocowy z porzeczką czarną 150g
3. **Mus z jogurtem 70g (Mleko, łącznie z laktozą)**

Dzień: 5 - Piątek, 2020-01-24

I śniadanie

1. **Kakao naturalne na mleku 2% z cukrem 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Bulka wieloziarnista i kajzerka 30g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
3. **Szynka z liściem 15g (Soja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne)**
4. **Twarożek zielony 50g (Mleko, łącznie z laktozą)**
5. Pomidor 12g
6. Ogórek 11g

II śniadanie

1. **Zupa z kalarepki z ziemniakami i wołowiną 200g (Seler i produkty pochodne)**
2. Mandarynki 100g

obiad

1. **Kotlet rybny 90g (Jaja i produkty pochodne, Ryba, Zboża zawierające gluten)**
2. Surówka z czerwonej kapusty 100g
3. **Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem 100g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. Kompot owocowy z porzeczką czarną 150g

Dzień: 6 - Poniedziałek, 2020-01-27

I śniadanie

1. **Bulka kukurydziana z dynią i kajzerka 30g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
2. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Filet gotowany z kurczaka 15g (Mleko, łącznie z laktozą, Soja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne)**
4. **Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**
5. **Ser żółty gouda warmia 10g (Mleko, łącznie z laktozą)**
6. Papryka czerwona 10g
7. Pomidor 12g, sałata, rzodkiewka
8. Kielki jarmużu 2g

II śniadanie

1. **Zupka kalafiorowa z indykiem 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne)**
2. **Orzechy arachidowe 40g (Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne)**

obiad

1. **Parówki z serem w cieście francuskim z ketchupem 180g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
2. Sok tymbark 100% jabłko 150g
3. banan

Dzień: 7 - Wtorek, 2020-01-28

I śniadanie

1. **Bulka sojowa i kajzerka 30g (Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)**
2. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku sojowym 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. **Miks wielosmakowy ser topiony lactima 10g (Mleko, łącznie z laktozą)**
5. Ogórek 12g
6. Papryka czerwona 12g
7. Herbata z miodem i imbirem 200g
8. Sałata 5g
9. Rzodkiewka 6g
10. Kiełbasa krakowska sucha 15g
11. Kiełki rzodkiewki 3g

II śniadanie

1. Kiwi 40g
2. **Zupka amerykanka 200g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)**

obiad

1. **Potrąwka chińska 200g (Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. Kompot owocowy z porzeczką czarną 150g
3. **Mus z jogurtem 80g (Mleko, łącznie z laktozą)**

Dzień: 8 - Środa, 2020-01-29

I śniadanie

1. **Bulka wieloziarnista i kajzerka 30g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Owsianka z ziarnem, rodzynekami i miodem 150g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
4. **Ser żółty 12g (Mleko, łącznie z laktozą)**
5. Papryka czerwona 12g
6. Pomidor 12g, sałata, rzodkiewka
7. **Filet wiśniowy z indyka 10g (Mleko, łącznie z laktozą, Soja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
8. Herbata z miodem i imbirem 150g

II śniadanie

1. **Zupka - krupniczek ryżowy 200g (Seler i produkty pochodne)**
2. Bakalie mieszanka studencka 40g

obiad

1. **Pieczony udzik z kurczaka 150g (Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. **Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem 100g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. Kompot owocowy z porzeczką czarną 150g
4. **Bukiet warzyw królewski 100g (Seler i produkty pochodne)**

Dzień: 9 - Czwartek, 2020-01-30

I śniadanie

1. **Kawa inka (wakacje) 150g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
2. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Polędwica z kurcząt 12g (Mleko, łącznie z laktozą, Gorczyca i produkty pochodne)**
4. Pomidor 12g
5. Sałata 2g
6. Rzodkiewka 12g
7. Ogórek kwaszony 12g
8. Bułka kajzerka balviten 20g
9. Bułka kukurydziana 20g

II śniadanie

1. **Zupa szpinakowa 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne)**
2. Banan 80g

obiad

1. **kopytka 110g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. **Suróweczka z rzodkwi białej z marchewką 100g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. Sok tymbark 100% jabłkowy 150g
4. **Potrawka z kurczaka z marchewką 80g (Mleko, łącznie z laktozą)**

Dzień: 10 - Piątek, 2020-01-31

I śniadanie

1. Bułka kukurydziana z dynia i kajzerka 50g
2. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Wielosmakowy ser topiony lactima 8g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. **Schab orawski 12g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne, Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, Nasiona sezamu i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
5. Pomidor 12g, sałata, rzodkiewka
6. Ogórek kwaszony 12g
7. **Kakao naturalne na mleku 2% z cukrem 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**

II śniadanie

1. **Zupka z zielonego groszku 200g (mleko łącznie z laktozą, seler i produkty pochodne)**
2. Herbatniki mini jungle 40g

obiad

1. **Miruna filety panierowane smażone w jajku i bulce 100g (Jaja i produkty pochodne, Ryba, Zboża zawierające gluten, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. **Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką 130g
4. Kompot owocowy z porzeczką czarną 150g