

Jadłospis

Dzień: 1 - Wtorek, 2020-01-07

I śniadanie

1. **Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Bulka sojowa 25g (Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)**
3. **Bulka kajzerka 25g (Zboża zawierające gluten)**
4. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
5. **Ser żółty gouda warmia 10g (Mleko, łącznie z laktozą)**
6. **Salata 2g, rzodkiewka 5g, ogórek kwaszony 10g**
7. **Schab Orawski 20g (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)**

II śniadanie

1. **Zupa pomidorowa na indyku z ryżem 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne)**
2. **Soczek jabłkowy 200g**

obiad

1. **Makaron świderki 5-jajeczny 100g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. **Sos jogurtowo- malinowy 100g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Kompot z truskawką 150g**

Dzień: 2 - Środa, 2020-01-08

I śniadanie

1. **Pieczywo pszenno-żytnie 50g (Zboża zawierające gluten)**
2. **Kasza kukurydziana na mleku 2% 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. **Filet gotowany z kurczaka 20g (Mleko, łącznie z laktozą, Soja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne)**
5. **Salata 10g, kiełki rzodkiewki, ogórek kwaszony**
6. **Herbata melisa z pomarańczą 150g**

II śniadanie

1. **Zupka koperkowa z mlekiem 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)**
2. **mandarynki**

obiad

1. **Pyzy z mięsem 180g (Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
2. **Kompot owocowy z porzeczką czarną 150g**
3. **Surówka z ogórków kiszonych z marchewką i cebulką 100g**
4. **Mus z jogurtem 100g (Mleko, łącznie z laktozą)**

Dzień: 3 - Czwartek, 2020-01-09

I śniadanie

1. **Kasza manna na mleku z musem jagodowy 170g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
2. **Pieczywo pszenno-żytnie 50g (Zboża zawierające gluten)**
3. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. **Filet bez wędzenia "polonus" 10g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Ryba, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
5. Sałata 5g, kielki, rzodkiewka
6. **Serek topiony kielbaska mix 5g (Mleko, łącznie z laktozą)**
7. Herbata z miodem i imbirem 150g

II śniadanie

1. **Rosół z makaronem 200g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)**
2. Jogurt naturalny z owocami

obiad

1. **Gulasz z kaszą 230g (Zboża zawierające gluten, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. **Surówka z marchewki i pora z jogurtem 100g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. Kompot z truskawką 150g

Dzień: 4 - Piątek, 2020-01-10

I śniadanie

1. **Kakao naturalne na mleku 2% z cukrem 2016 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Bułka sojowa i kajzerka 50g (Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)**
3. **Jajecznica ze szczypiorkiem 80g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne)**
4. Kielki rzodkiewki 5g, papryka czerwona 10g
5. Rzodkiewka 10g, ogórek kwaszony
6. **Serek topiony śmietankowy w trójkącikach hochland 40g (Mleko, łącznie z laktozą)**
7. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**

II śniadanie

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

obiad

1. **Miruna filety panierowane smażone 80g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Ryba, Zboża zawierające gluten)**
2. **Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem 100g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. Kompot z truskawką 150g
4. Surówka z kapusty kiszanej 100g

Dzień: 5 - Poniedziałek, 2020-01-13

I śniadanie

1. **Kakao naturalne na mleku 2% z cukrem 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Bulka sojowa i kajzerka 50g (Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)**
3. **Bulka kajzerka 25g (Zboża zawierające gluten)**
4. **Szynka Masarza 20g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
5. **Kiełki rzodkiewki, sałata , papryka czerwona**
6. **Ser żółty gouda 10g (Mleko, łącznie z laktozą)**
7. **Ogórek kwaszony 10g**
8. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**

II śniadanie

1. **Zupa kapuśniak 200g (Seler i produkty pochodne, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. **Bulka wrocławska z serem 30g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**

obiad

1. **Pierogi ruskie 2016 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. **Kalafior gotowany z masłem 100g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
3. **Kompot z truskawką 200g**

Dzień: 6 - Wtorek, 2020-01-14

I śniadanie

1. **Kawa inka 150g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
2. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Pieczyno pszenno-żytnie 50g (Zboża zawierające gluten)**
4. **Papryka czerwona 10g, kiełki, sałata, rzodkiewka**
5. **Ser żółty gouda warmia 10g (Mleko, łącznie z laktozą)**
6. **Jaja gotowane 50g (Jaja i produkty pochodne)**
7. **Sos jogurtowy ziołowy 50g (Mleko, łącznie z laktozą)**

II śniadanie

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

obiad

1. **Spaghetti sos z marchewką 80g (Zboża zawierające gluten)**
2. **Kompot z truskawką 150g**
3. **Makaron spaghetti barilla 40g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
4. **Ser parmezan 2g (Mleko, łącznie z laktozą)**

Dzień: 7 - Środa, 2020-01-15

I śniadanie

1. **Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku z mieszanką: słonecznik, nerkowiec, migdał 6g (Mleko, łącznie z laktozą, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, Orzechy (migdał), Orzechy (orzech laskowy), Orzechy (orzech włoski))**
2. **Bułka kukurydziana z dynią i kajzerka 50g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
3. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. **Ser żółty gouda 10g (Mleko, łącznie z laktozą)**
5. **Schab Orawski 10g (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)**
6. Rzodkiewka 10g, ogórek kwaszony
7. Herbata miętowa 150g

II śniadanie

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

obiad

1. **Kotlet mielony smażony 80g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. **Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem 100g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. Surówka z buraczków 100g
4. Kompot z truskawką 150g

Dzień: 8 - Czwartek, 2020-01-16

I śniadanie

1. **Kasza kuskus na mleku 2% tłuszczu 150g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
2. **Bułka kukurydziana z dynią i kajzerka 50g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
3. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. **Ser żółty gouda warmia 10g (Mleko, łącznie z laktozą)**
5. Rzodkiewka 5g, sałata,
6. Kabanosy 20g
7. Herbata miętowa 150g

II śniadanie

1. **Barszcz biały 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. Pomarańcza 50g

obiad

1. Ryż paraboiled 50g
2. **Surówka z selera konserwowego z marchewką i kukurydzą z jogurtem 100g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne)**
3. Kompot owocowy z porzeczką czarną 150g
4. **Pieczony udzik z kurczaka 100g (Dwutlenek siarki i siarczyny)**

Dzień: 9 - Piątek, 2020-01-17

I śniadanie

1. **Kawa inka 150g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
2. **Bulka grahamka i kajzerka 50g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)**
3. **Masło ekstra 82% łowickie 6g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. **Schab pieczony na maśle 20g (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. **Ser żółty gouda warmia 10g (Mleko, łącznie z laktozą)**
6. Rzodkiewka 10g, ogórek kwaszony
7. Papryka czerwona 20g

II śniadanie

1. **Zupka pomidorowa z makaronem łazanki 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)**
2. Jabłko 80g

obiad

1. **Paluszki rybne panierowane 100g (Ryba, Zboża zawierające gluten)**
2. **Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. Surówka z kapusty białej z marchewką 100g
4. Kompot owocowy z porzeczką czarną 150g