

Jadłospis

Dzień: 1 - Poniedziałek, 2022-11-07

I śniadanie

1. **Kawa inka 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
2. **Szynka gotowana wieprzowa 15g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
3. **Pieczyno pszenno-żytnie z masłem 55g (Zboża zawierające gluten, mleko)**
4. **Salata 5g Pomidorek 20g papryka 20g**

II śniadanie

1. **Rosół z indyka z makaronem 200g (Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)**
2. **Mus z jogurtem 80g (Mleko, łącznie z laktozą)**

obiad

1. **Kopytka na maselku z bułką tartą 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. **Surówka z marchwi i jabłek z jogurtem 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Sok owocowy 100% 200g**

Dzień: 2 - Wtorek, 2022-11-08

I śniadanie

1. **Bułki mieszane z ziarnami i masłem 50g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne, mleko)**
2. **Schab pieczony 12.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne Gorczyca i produkty pochodne)**
3. **Pomidorek 20.00g**
4. **Kakao naturalne na mleku 2% 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą) Ogórek 20.00g**
5. **Pasta jajeczna z awokado 20.00g (Jaja i produkty pochodne)**

II śniadanie

1. **Zupa z kalarepki z ziemniakami na indyku 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne)**

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 200g Jabłko 130.00g**

Dzień: 3 - Środa, 2022-11-09

I śniadanie

1. Rogal maślany z masłem 55g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)
2. Makaron literki na mleku 2% 150g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)
3. Herbata rumiankowa 200g
4. Dżem brzoskwiniowy niskosłodzony 15g
5. Dżem truskawkowy niskosłodzony 10g
6. Masło orzechowe z kokosem 10g

II śniadanie

1. Zupa ogórkowa na indyku z kurczakiem 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)

obiad

1. Pulpeciki drobiowe w sosie pomidorowym 100g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Dwutlenek siarki i siarczyny)
2. Lunch mix / kasza bulgur 60g (Zboża zawierające gluten)
3. Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora i ogórka 100g
4. Kompot z owoców mieszanych 200g

Dzień: 4 - Czwartek, 2022-11-10

I śniadanie

1. Kakao naturalne na mleku 2% 200g (Mleko, łącznie z laktozą)
2. Kielbasa krakowska sucha 15g
3. Ogórek kwaszony 30g pomidor 20g, sałata 5g
4. Ser żółty 15g (Mleko, łącznie z laktozą)
5. Bułki mieszane z ziarnami i masłem 55g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)

II śniadanie

1. Zupa cebulowa z wkladką mięsa 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)
2. Jogurt naturalny mały 100.00g (Mleko, łącznie z laktozą)

obiad

1. Racuchy z jabłkami 220g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)
2. Sos jogurtowo- malinowy 30g (Mleko, łącznie z laktozą)
3. Sok pomarańczowy 150g

Dzień: 5 - Poniedziałek, 2022-11-14

I śniadanie

1. **Bulki mieszane z ziarnami i masłem 50g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)**
2. **Filet gotowany z kurczaka 15g (Mleko, łącznie z laktozą, Soja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne)**
3. **Kawa inka 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
4. **Ser żółty 15.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
5. **Papryka czerwona 10g Sałata 5 Kielki rzodkiewki 5g**

II śniadanie

1. **Zupka kalafiorowa z indykiem 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne)**
2. **Herbatniki mini jungle 20 (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, Nasiona sezamu i produkty pochodne)**

obiad

1. **Makaron z białym serem i owocami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
2. **Woda z cytryną 150g**
3. **Sałatka owocowa 80g**

Dzień: 6 - Wtorek, 2022-11-15

I śniadanie

1. **Pieczywo pszenno-żytnie z masłem 50g (Zboża zawierające gluten, Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Ogórek 20g, Papryka czerwona 15g sałata**
3. **Kasza manna na mleku z musem truskawkowym 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
4. **Połudwica z kurcząt 20g (Mleko, łącznie z laktozą, Gorczyca i produkty pochodne)**

II śniadanie

1. **Rosół z udek kurczaka z makaronem 200g (Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)**
2. **Jogurt naturalny mały 100.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**

obiad

1. **Kotlet mielony smażony 80.00g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. **Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem 130.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Surówka z buraczków 100g**
4. **Kompot owocowy z porzeczką czarną 200g**

Dzień: 7 - Środa, 2022-11-16

I śniadanie

1. **Bulki mieszane z ziarnami i masłem 55g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)**
2. Pomidor 12g Sałata 5g
3. **Jajecznica ze szczypiorkiem 70.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne)**
4. Herbata rooibos 200g
5. **Ser żółty gouda s 15 (Mleko, łącznie z laktozą)**

II śniadanie

1. **Zupa z zielonego groszku 200g (Seler i produkty pochodne)**
2. Owoc 100g

obiad

1. **Potrąwka z kurczaka z ryżem warzywami 180.00g (Zboża zawierające gluten, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. Ogórek kwaszony 60g
3. Kompot owocowy z porzeczką czarną 200g

Dzień: 8 - Czwartek, 2022-11-17

I śniadanie

1. **Kawa inka 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
2. **Polędwica z kurcząt 12.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Gorczyca i produkty pochodne)**
3. Pomidor 20g Sałata 2g Ogórek 20g
4. **Bulki mieszane z ziarnami i masłem 50g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)**

II śniadanie

1. **Zupa szpinakowa 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne)**
2. Banan 80.00g

obiad

1. **Gulasz z indyka z marchewką i carry 80.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Kasza gryczana 60g (Zboża zawierające gluten)**
3. **Salata zielona z sosem jogurtowym i rzodkiewką 100.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. Kompot z owoców mieszanych 200g

Dzień: 9 - Piątek, 2022-11-18

I śniadanie

1. **Pieczyno pszenno-żytnie z masłem 55g (Zboża zawierające gluten, Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Schab orawski 20.00g (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)**
3. Pomidor 20g, Papryka żółta 15g
4. Rzodkiewka 6g Sałata 5g
5. **Kakao naturalne na mleku 2% 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
6. **Ser plastry 20g (Mleko, łącznie z laktozą)**

II śniadanie

1. **Zupka amerykańska 200.00g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)**
2. **Mus z jogurtem 80.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**

obiad

1. **Pomidorowy kotlet rybny z sosem pomidorowym 130g (Jaja i produkty pochodne, Ryba, Zboża zawierające gluten)**
2. **Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem 100g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. Surówka z kapusty białej z marchewką 130g
4. Kompot owocowy z porzeczką czarną 200g