Jadłospis tygodniowy na 2-6 października 2023r.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PONIEDZIAŁEK Śniadanie**  Chlebek razowy/Bułeczka wrocławska z masłem (60g+5g),  Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (25g) Szynka wiejska (25g)  Rzodkiewka (10g)  Herbatka z cytryną (200ml)  ALERGENY: 1,3,7,10 | **Obiad**  Zupa kalafiorowa z ziemniakami (300ml)  Gulasz wieprzowy z papryką, cukinią, bakłażanem i kukurydzą (200g)  Makaron świderki (100g)  Kompot z jabłek (200ml)  ALEGRENY: 1,7,9,10 | **Podwieczorek** Jogurt owocowy (120g)  Śliwka  ALERGENY: 7 |
| **WTOREK**  **Śniadanie**  Owsianka gotowana na mleku z suszonymi owocami (200ml)  Chlebek jaglany z pestkami dyni/Bagietka z masłem (60g+5g),  Szynka z kurczaka gotowana (25g) Ser żółty (25g)  Pomidor (10g)  Herbatka z sokiem malinowym (200ml)  ALERGENY: 1,7,10 | **Obiad**  Krem z zielonych warzyw z grzankami (300ml)  Racuchy z jabłkiem (3 szt)  Surówka z marchwi i jabłka (100g)  Kompot z porzeczki (200ml)  ALERGENY: 1,3,7,9,10 | **Podwieczorek** Pieczywo mieszane ze schabem pieczonym i ogórkiem (60g)  ALERGENY: 1,10 |
| **ŚRODA**  **Śniadanie**  Płatki cornflakes mleku (200ml)  Bułeczka paryska/Chlebek orkiszowy z sezamem z masłem (45g+5g)  Serek śmietankowy z ziołami (20g) lub Kiełbaska żywiecka (20g)  Papryka czerwona (10g)  Herbatka miętowa (200ml)  ALERGENY: 1,7,10,11 | **Obiad**  Żurek z ziemniakami (300ml)  Klopsiki z indyka w sosie koperkowym (100g)  Ryż (100g) Marchewka mini (100g)  Kompot z porzeczki (200ml)  ALERGENY: 1,3,7,9,10 | **Podwieczorek** Strucla serowa (40g)  Jabłko (50g)  ALERGENY: 1,3,7 |
| **CZWARTEK**  **Śniadanie**  Chlebek razowy z ziarnami słonecznika/bułeczka z masłem (60g+5g)  Szynka drobiowa gotowana na parze (20g) Pasta z soczewicy i suszonych pomidorów (20g)  Ogórek świeży (10g)  Herbata z sokiem malinowym (200ml)  ALERGENY:1,7,10 | **Obiad**  Zupa jarzynowa z kaszką jaglaną (300ml)  Kotlet schabowy w chrupiącej panierce (100g)  Ziemniaki (100g)  Surówka belwederska (100g)  Kompot ze śliwek (200ml)  ALERGENY: 1,3,7,9,10 | **Podwieczorek** Wafle ryżowe z twarożkiem (20g)  Gruszka (50g)  ALERGENY: 7 |
| **PIĄTEK**  **Śniadanie**  Pieczywo mieszane z masłem (60g+5g)  Pasta z makreli i jajka i czerwonej fasoli (30g) Ser żółty (25g)  Ogórek świeży (10g)  Herbatka miętowa (200ml)  ALERGENY:1,3,4,7 | **Obiad**  Kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami (300ml)  Makaron penne w sosie serowo- szpinakowym (300g)  Kompot z jabłek (200ml)  ALERGENY: 1,7,9,10 | **Podwieczorek** Pieczywo mieszane z szynką z indyka i rzodkiewką (40g)  ALERGENY: 1,10 |

ALERGENY:1.GLUTEN, 2.SKORUPIAKI, 3.JAJA, 4.RYBY, 5.ORZESZKI ZIEMNE, 6.SOJA, 7.MLEKO, 8.ORZECHY, 9.SELER, 10.GORCZYCA, 11.SEZAM