

Jadłospis od 6.05. - 10.05.2024 r

Poniedziałek – 6.05.24 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, kielbasa krakowska, ogórek kiszony, herbata z cytryną
Obiad	Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i ziemniakami /wywar mięsny drobiowy: kurczak; zielony groszek, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, <u>śmietana 18% z mleka</u> , pietruszka natka, ziemniaki, przyprawy/ Leniwe z mussem z truskawek i jogurtu naturalnego /mąka pszenna - gluten, mąka orkiszowa - gluten, <u>jajka</u> , ziemniaki, <u>ser biały z mleka</u> , <u>masło z mleka</u> , truskawki, jogurt naturalny, cukier
Podwieczorek	Chleb z siemieniem lnianym z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, siemię lniane, <u>masło z mleka</u> /, <u>ser żółty /z mleka</u> /, pomidor
Wtorek – 7.05.24 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, <u>jajko</u> , pomidor, kakao na mleku 2%
Obiad	Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką /marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, lubczyk, mięso wołowe, pietruszka natka, <u>makaron pszenny - mąka pszenna - gluten, jajko</u> / Eskalopki drobiowe w sosie warzywno - śmietanowym, ryż brązowy, surówka z białej kapusty z marchewką /filet z kurczaka, mąka ziemniaczana, <u>śmietana 18% z mleka</u> , <u>seler</u> , pietruszka, marchewka, por, ryż brązowy, biała kapusta, marchewka, cebula, oliwa z oliwek, przyprawy/
Podwieczorek	Mus owocowy (jagodowy) z jogurtem naturalnym / <u>jogurt z mleka</u> /, ciasteczka kruche domowe / <u>masło</u> , tłuszcz roślinny, cukier puder, <u>proszek do pieczenia</u> , cukier waniliowy, <u>mąka pszenna, żółtka jajek, cukier</u> /
Środa – 8.05.24 r	
Śniadanie	Chleb kukurydziany z masłem /mąka kukurydziana, mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, <u>twarożek biały</u> / <u>ser biały z mleka</u> / + konfitura owocowa, herbata z cytryną
Obiad	Krupnik warzywny na kaszy jęczmiennej z ziemniakami i zieloną pietruszką / <u>kasza jęczmienna - gluten</u> , ziemniaki, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, lubczyk, pietruszka natka, sól morską, <u>śmietana z mleka</u> , przyprawy/ Spaghetti bolońskie /makaron spaghetti: <u>mąka pszenna – gluten, jajka</u> , mięso mielone wołowe, pomidory pelatti, czosnek, przyprawy/
Podwieczorek	Bulka z ziarnami z masłem /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka, ziarna</u> /, połędwica z indyka, pomidor
Czwartek - 9.05.24 r	
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi / <u>mleko</u> /, chleb staropolski (żytni domowy) z masłem /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, schab pieczony, rzodkiewka, herbata żurawinowa
Obiad	Krem z pomidorów z groszkiem ptysiowym /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, <u>seler</u> , pomidory pelatti, <u>śmietana 30% z mleka</u> , groszek ptysiowy: <u>mąka pszenna- gluten, jajko</u> , przyprawy/ Filet drobiowy panierowany, ziemniaki, mizeria /filet z kurczaka, <u>mąka pszenna - gluten, bułka tartagluten, jajka, mleko 2%</u> , świeży ogórek, <u>śmietana 18% z mleka</u> , przyprawy/
Podwieczorek	Ciasto marchewkowo - jabłkowe /mąka pszenna - gluten, <u>mąka razowa, jaja</u> , olej rzepakowy, marchewka, jabłko, cukier trzcinowy, <u>proszek do pieczenia – gluten</u> / + owoc sezonowy
Piątek – 10.05.24 r	
Śniadanie	Bulka grahamka z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, pasta rybna z lososia / <u>losos</u> - ryba, <u>ser biały</u> , papryka, cebula, przyprawy/, herbata z cytryną
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; wywar z buraków czerwonych, <u>mąka orkiszowa - gluten, śmietana 18% z mleka</u> , zielona pietruszka, przyprawy/ Pierogi ruskie z cebulką, surówka z marchewki i jabłka z sokiem z pomarańczy /mąka pszenna- gluten, mąka orkiszowa - gluten, jajka, ser biały z mleka, ziemniaki, marchewka, jabłko, sok z pomarańczy, <u>śmietana 18% z mleka</u> , przyprawy/
Podwieczorek	Chalka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /+ powidła śliwkowe + kalarepka

Jadłospis od 13.05. - 17.05.2024 r

Poniedziałek – 13.05.24 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszena 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, połędwica z indyka, papryka, herbata z cytryną
Obiad	Żurek staropolski z kielbasą i ziemniakami /wywar mięsny (kielbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, seler, zakwas żurku, mąka żytnia - gluten, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Makaron „świderki” z serem białym i brzoskwinia /makaron pszenny: mąka pszena – gluten, jajko, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, brzoskwinia, cukier/
Podwieczorek	Chlebek kukurydziany z masłem /mąka kukurydziana, mąka pszena– gluten, mąka żytnia– gluten woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, mozzarella /z mleka/ z oliwkami zielonymi i pomidorem
Wtorek – 14.05.24 r	
Śniadanie	Bulka kajzerka z masłem /mąka pszena 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, pasta włoska: twarożek z pomidorami suszonymi i bazylią /ser biały z mleka, suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, herbata żurawinowa
Obiad	Krem wielowarzywny z grzankami /wywar warzywny: marchewka, seler, brokuł, kalafior, groszek zielony, jogurt naturalny z mleka, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ Wolno pieczony schab w sosie własnym, kasza perłowa, surówka z buraczków z jabłkiem /schab, mąka typ 500 - gluten, kasza perłowa – gluten, buraki, jabłko, przyprawy/
Podwieczorek	Budyń czekoladowy /mleko, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kakao, kurkumina, cukier/, pieczywo chrupkie 3 zboża /mąka pszena, żytnia – gluten/
Środa – 15.05.24 r	
Śniadanie	Chleb wiejski z masłem /mąka pszena 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, pomidor, herbata z cytryną
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem /wywar mięsny drobiowo: indyk; warzywny: marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, makaron pszenny- gluten, jajko, śmietana 12% z mleka, przyprawy/ Podudzia pieczone, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i pomidorem /podudzia z kurczaka, ziemniaki, mleko, masło z mleka, kapusta pekińska, ogórek, pomidor, oliwa z oliwek, przyprawy
Podwieczorek	Jogurt naturalny /jogurt z mleka/ z owocami sezonowymi /mango/ i chrupkami kukurydzianymi
Czwartek – 16.05.24 r	
Śniadanie	Chleb foremka „cegielka” z masłem /mąka pszena 650 – gluten, mąka pszena 500 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, pasztet pieczony /mięso wp., jajko, mąka pszena - gluten, mleko w proszku, mleko/, ogórek kiszony, herbata z cytryną
Obiad	Kapuśniak na żeberkach wędzonych z ziemniakami /wywar mięsny (żeberka wędzone) – warzywny: marchewka, seler, kapusta biała, koncentrat pomidorowy 30%, zielona pietruszka, przyprawy/ Racuszki z jabłkami /mleko 2,0%, mąka tortowa- gluten, mąka orkiszowa - gluten, jajka, jabłka
Podwieczorek	Bulka z ziarnami z masłem /mąka pszena– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka, ziarna/, domowy humus /ciecierzyca pomidor, suszony pomidor, olej rzepakowy, sezam/, papryka
Piątek – 17.05.24 r	
Śniadanie	Bulka grahamka z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszena 650 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, pasta jajeczna ze szczypiorkiem /jajka, majonez, jogurt naturalny z mleka, szczypiorek/, kawa zbożowa inka /kawa inka – gluten, mleko/
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem /wywar mięsny: kaczka, śmietana 18% z mleka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż/ Paluszki rybne, ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem /filet z ryb białych, mąka typ 500 - gluten, olej słonecznikowy, woda, skrobia ziemniaczana, sól, drożdże, ziemniaki, masło z mleka, fasolka szparagowa, masło z mleka, przyprawy/
Podwieczorek	Ciasto „chlebek bananowy z nasionami chia” /mąka pszena - gluten, mąka razowa, jaja, olej rzepakowy, banany, nasiona chia, cukier trzcinowy, proszek do pieczenia – gluten/ + owoc sezonowy

Poniedziałek – 20.05.24 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszena 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, szynka wiejska, pomidor, herbata z cytryną
Obiad	Krem z soczewicy z pomidorami, czosnkiem i grzankami /wywar mięsny drobiowy: kurczak; wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; soczewica, pomidory pelatti, czosnek, <u>grzanki pszenno-żytnie - gluten</u> , przyprawy/ Ryż z mussem owoce leśne na jogurcie naturalnym /ryż, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , <u>śmietana 12% z mleka</u> , borówka, jeżyna, malina, cukier/
Podwieczorek	Chleb słonecznikowy ciemny z masłem /mąka pszena 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, pszenica prażona, ziarna słonecznika, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, <u>ser żółty /z mleka</u> /, ogórek zielony
Wtorek – 21.05.24 r	
Śniadanie	Chleb staropolski (żytni domowy) z masłem /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszena 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, wiejski twarożek ze szczypiorkiem /ser biały z mleka, <u>jogurt naturalny z mleka</u> /, herbata z cytryną
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, brukselka, lubezyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, <u>śmietana 18% z mleka</u> , pietruszka natka, ziemniaki, przyprawy/ Rolada drobiowa faszerowana warzywami z serem mozzarella w sosie pomidorowym, kasza bulgur /filet z kurczaka, marchew, <u>seler</u> , por, pomidory pelatti, <u>mąka typ 500 - gluten</u> , <u>śmietana 12% z mleka</u> , <u>kasza bulgur – gluten</u> , przyprawy/
Podwieczorek	Pana cotta z mussem z malin / <u>mleko</u> , <u>jogurt naturalny</u> , <u>śmietana 30%</u> , cukier, żelatyna, maliny mrożone/, palki kukurydziane
Środa – 22.05.24 r	
Śniadanie	Buleczka kukurydziana z masłem /mąka kukurydziana, mąka pszena 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, <u>jajko</u> , <u>sos ketchupowo – majonezowy</u> , <u>szczypiorek</u> , <u>kakao na mleku 2%</u>
Obiad	Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką /marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, lubezyk, mięso wołowe, pietruszka natka, <u>makaron pszenny - mąka pszena - gluten</u> , <u>jajko</u> / Nuggetsy z kurczaka (pieczone) w płatkach kukurydzianych marynowane w mleku, ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem /filet z kurczaka, płatki kukurydziane, <u>jajka</u> , <u>mleko 2%</u> , <u>mąka orkiszowa - gluten</u> , ziemniaki, <u>mleko</u> , <u>masło z mleka</u> , fasolka, <u>masło z mleka</u> , przyprawy/
Podwieczorek	Kisiel truskawkowy /skrobia ziemniaczana, kwas cytrynowy, aromat truskawkowy identyczny z naturalnym, sól, barwnik: ekstrakt z czarnej marchwi, koncentrat soku buraczanego, cukier/, ciasteczka cytrynowe /masło, cukier puder, jajka, sok z cytryny, <u>mąka pszena - gluten</u> , proszek do pieczenia/
Czwartek - 23.05.24 r	
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku /płatki jaglane, <u>mleko</u> /, chalka z masłem /mąka pszena- gluten, mleko, masło z <u>mleka</u> , <u>jajko</u> , drożdże/ i konfiturą owocową, herbata z cytryną
Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem „muszelki” i zieloną pietruszką /kalafior, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, <u>śmietana 18% z mleka</u> , makaron pszenny: gluten, <u>jajko</u> , pietruszka natka, lubezyk, sól morską, majeranek, koper/ Pierogi z mięsem /wołowina, cebula, <u>mąka pszena - gluten</u> , <u>mąka jęczmienna- gluten</u> , <u>jajka</u> , przyprawy/, sałatka z ogórka kiszzonego, pomidora i cebulki /ogórek kiszony, pomidor, cebula, przyprawy/
Podwieczorek	Ciasto buraczane „brownie” z kawałkami gorzkiej czekolady /mąka pszena - gluten, <u>mąka razowa</u> , <u>jaja</u> , olej rzepakowy, kakao naturalne, buraki, gorzka czekolada, cukier trzcinowy, <u>proszek do pieczenia – gluten</u> / + owoc sezonowy
Piątek – 24.05.24 r	
Śniadanie	Buleczka kukurydziana z masłem /mąka kukurydziana, mąka pszena 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, pasta rybna – jajeczna / <u>tuńczyk- ryba</u> , <u>jajka</u> , szczypiorek, papryka, cebula, <u>majonez</u> , przyprawy/, herbata owocowa
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; wywar z buraków czerwonych, <u>mąka orkiszowa - gluten</u> , <u>śmietana 18% z mleka</u> , zielona pietruszka, przyprawy/ Naleśniki z waniliowym twarożkiem i polewą malinowo - truskawkową /mąka pszena - gluten, <u>jajka</u> , mleko 1,5%, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, przyprawa waniliowa, maliny, truskawki, cukier/
Podwieczorek	Chleb graham z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszena – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, szynka gotowana, ogórek zielony

Jadłospis od 27.05. - 31.05.2024 r

Poniedziałek – 27.05.24 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, ogórek zielony, herbata z cytryną
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem /wywar mięsny: kaczka, warzywny: marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 12% z mleka, przyprawy/ Pampuchy z musem z owoców sezonowych /mąka pszenna - gluten, drożdże, olej rzepakowy, jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka, owoce sezonowe/
Podwieczorek	Bułka z ziarnami z masłem /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka, ziarna/, pasztet pieczony /mięso wp., jajko, mąka pszenna - gluten, mleko w proszku, mleko/, papryka
Wtorek – 28.05.24 r	
Śniadanie	Chleb staropolski (żytni domowy) z masłem /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, kielbasa krakowska, rzodkiewka, kawa zbożowa inka /kawa inka – gluten, mleko/
Obiad	Zupa grysikowa na rosole /wywar mięsny drobiowy: kurczak – warzywny: marchewka, seler, por; kapusta włoska, kalafior, brokuł, kasza manna z pszenicy - gluten, zielona pietruszka, przyprawy/ Duszony filet z indyka w sosie koperkowym, ziemniaki, surówka z białej kapusty z marchewką /filet z indyka, mąka poznańska - gluten, śmietana 18% z mleka, świeży koperek, ziemniaki, biała kapusta, marchewka, cebula, oliwa z oliwek, przyprawy/
Podwieczorek	Salatka owocowa /melon, gruszka, jabłko, ananas, kiwi, mandarynka/ + buleczka wodna /mąka pszenna 500, woda, drożdże sól/
Środa – 29.05.24 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, zielona pasta z awokado z serem białym, pieczonymi warzywami i mielonymi pestkami słonecznika /ser biały z mleka, awokado, marchewka, brokuł, cukinia, pestki słonecznika, jogurt naturalny z mleka/, herbata z cytryną
Obiad	Barszcz biały z kielbasą i ziemniakami /kielbasa, barszcz w butelce - gluten, marchewka, pietruszka, seler, por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, kielbasa biała, śmietana 18% z mleka, sól morską, pieprz/ Spaghetti bolońskie /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, jajka, mięso mielone wołowe, pomidory pelatti, czosnek, przyprawy/
Podwieczorek	Shake czekoladowo - kokosowy na maślanie /maślanka z mleka, kakao naturalne, wiórki kokosowe/, wafle ryżowe
Czwartek - 30.05.24 r	
Piątek – 31.05.24 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, pomidor, herbata z cytryną
Obiad	Krem z pieczonych buraczków z czosnkiem i groszkiem ptysiowym /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, mąka orkiszowa - gluten, śmietana 18% z mleka, czosnek, groszek ptysiowy: mąka pszenna- gluten, jajko, przyprawy/ Filet z dorsza panierowany, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem /filet z dorsza - ryba, mąka typ 500 - gluten, mąka kukurydziana, bułka tarta - gluten, jajka, mleko, ziemniaki, masło z mleka, kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/
Podwieczorek	Deserek waniliowy /twarożek z mleka, jogurt naturalny z mleka, cukier waniliowy/ + owoc sezonowy