



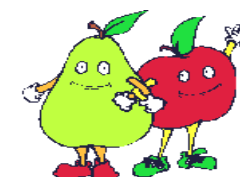
Jadłospis 11.10.2021 – 22.10.2021

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 11.10.2021 Kcal 1100	<i>Bułka szpinakowa 50g</i> <i>/ mąka pszenna, jaja/</i> masło 5g, <i>szynka wieprzowa 30g / soja/</i> <i>pomidor 50g b/s</i> <i>kawa zbożowa na mleku 200ml</i> <i>/ jęczmień, żyto/</i>	<i>Krupnik zabelany z ziemniakami 250ml</i> <i>/marchew, pietruszka, seler, kapusta włoska, cebula, kasza</i> <i>jaglana, ziemniaki, mąka pszenna, śmietana/</i> <i>kluski śląskie z masłem 150g,</i> <i>/mąka ziemniaczana, pszenna, jajko/</i> <i>sos mięsno - warzywny 80ml,</i> <i>/ udziec z kurczaka , cebula, papryka, olej, pomidory/</i> <i>sok wiśniowo - jabłkowy 150ml</i>	<i>Kisiel z jabłkami 150ml</i> <i>ciasteczka zbożowe 20g</i> <i>/ płatki owsiane, jaglane, suszone owoce,</i> <i>orzechy/</i>
Wtorek 12.10.2021 Kcal 1010	<i>Weka 40g,</i> <i>/ mąka pszenna, jaja/</i> masło 5g, <i>pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g</i> <i>/ majonez/</i> <i>kawa zbożowa na mleku 200ml</i> <i>/ jęczmień, żyto/</i>	<i>Rosół z makaronem i natką pietruszki 250ml</i> <i>/ kurczak , pomidory, marchew, pietruszka, seler, por,</i> <i>mąka pszenna, jaja/</i> <i>ziemniaki z koperkiem 150g</i> <i>bitki wieprzowe w sosie 80g/60ml</i> <i>/ schab, cebula, olej, mąka pszenna/</i> <i>sałatka z czerwonej kapusty 80g</i> <i>/kapusta czerwona, cebula, jabłko, oliwa/</i> <i>kompot owocowy 200ml</i> <i>banan 50g</i>	<i>Graham 30g</i> <i>/ mąka pszenna, jaja/</i> masło 5g, ser mozzarella 25g <i>pomidor b/s 15g</i> <i>herbata 150ml</i>

<p>Środa 13.10.2021 Wycieczka</p>	<p>Płatki kukurydziane na mleku 200ml, weka 30g/ mąka pszenna, jaja/ masło 10g, połudwica drobiowa 25g / soja/ herbata 200ml</p>	<p>Paczki wyjazdowe ; Kanapki / bułka pszenna/ z masłem serem żółtym , ogórkiem świeżym mus owocowy woda mineralna</p>	<p>Naleśniki z jabłkami prażonymi 150g / mąka pszenna, mleko, jajko, olej/ kakao na mleku 200ml</p>
<p>Czwartek 14.10.2021 Dzień Edukacji Kcal 1000</p>	<p>Rogal maślany 50g, /mąka pszenna, jaja/ masło 5g, twarożek waniliowy 30g / twaróg, śmietana/ pomidorki koktajlowe 50g herbata z sokiem malinowym 200ml</p>	<p>Krem z białych warzyw z groszkiem 250ml, /cukinia, marchew, pietruszka, seler, kalafior, cebula, czosnek, mąka pszenna, śmietana/ zapiekanka ziemniaczana z jajkiem, warzywami 150g /ser żółty, śmietana, oliwa/ sos pomidorowy 60ml /pomidory pelatii, śmietana, cebula, mąka pszenna/ kompot owocowy 200ml</p>	<p>Galaretka wiśniowa z bitą śmietaną 150g chrupki kukurydziane 20g</p>
<p>Piątek 15.10.2021 Kcal 1100</p>	<p>Płatki owsiane na mleku bułka pszenna 50g / mąka pszenna, żytnia / masło 10g konfitura kawa zbożowa/jęczmień, żyto/ z mlekiem 200ml</p>	<p>Zupa ze świeżych pomidorów z ryżem 50ml, / pomidory, marchew, pietruszka, cebula, masło, mąka pszenna, konc. pomidorowy/ pierogi ruskie z masłem 150g / mąka pszenna, jaja, twaróg, ziemniaki, cebula, olej// sok marchwiowo- jabłkowy 150ml</p>	<p>Drożdżówki mini 80g /mąka pszenna, jaja, mleko, drożdże, cukier, śliwka/ bawarka / mleko/ 150ml</p>
<p>Poniedziałek 18.10.2021 Kcal 1000</p>	<p>Bułka grahamka 50g /mąka pszenna, jaja/ masło 10g, szynka wieprzowa/ soja/ 30g, rzodkiewka 40g, kawa zbożowa na mleku 200ml /jęczmień, żyto/</p>	<p>Barszcz czerwony z tortellini mięsnym 250ml /kurczak, burak, marchew, pietruszka, cebula, barszcz kiszony, mąka pszenna, łopatką wieprzową/ ryż zapiekany z jabłkami, brzoskwinia 150g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Weka / mąka pszenna, jaja/25g, masło5g, jajko 30g, papryka 25g herbata miętowa 150ml</p>
<p>Wtorek 19.10.2021 Kcal 1010</p>	<p>Płatki kukurydziane na mleku 200ml, weka / mąka pszenna, jaja/ 30g, masło 5g, humus z suszonymi pomidorami 40g /cieciorka, sezam, suszone pomidory/ szczypiorek 5g, herbata ziołowa 200ml</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml / ogórek kiszony, marchew, pietruszka, cebula, mąka pszenna, śmietana/ paprykarz z indyka 70g/50ml, / udziec z indyka , mąka pszenna, olej, papryka świeża, cebula / risotto z warzywami 80g sok gruszkowo- jabłkowy 150ml</p>	<p>Budyń czekoladowy na mleku 150g, chrupki kukurydziane 20g</p>

<p>Środa 20.10.2021</p> <p>Kcal 1005</p>	<p>Butka kajzerka 50g, / mąka pszenna, jaja/ masło 10g, twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 30g, herbata z cytryną 200ml</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami / koper, marchew, pietruszka, seler, cebula, śmietana/ kluski na parze z czekoladą / mąka pszenna, drożdże, mleko, jajka, czekolada/ jogurt jagodowy pitny 125ml herbata z cytryną 150ml</p>	<p>Graham / mąka pszenna, jaja/ 30g, masło 5g, sałatka jarzynowy ogródek / jaja, jogurt, seler, marchew, pietruszka, groszek, ogórek kiszony, majonez/ 80g, herbata 150ml</p>
<p>Czwartek 21.10.2021</p> <p>Kcal 1015</p>	<p>Butka szpinakowa 25g, / mąka pszenna, jaja/ masło 10g, pasztet drobiowy 30g/ soja/ papryka świeża 20g herbata z cytryną 200ml</p>	<p>Zupa neapolitańska z natką pietruszki 250ml / marchew, pietruszka, groszek zielony, papryka, pomidor, ser żółty, mąka pszenna, śmietana/ pieczeń wieprzowa z pieca z morelami 80g / karczek, cebula, olej/ ziemniaki z koperkiem 150ml, surówka z marchwi, pora, jabłka z jogurtem 80g kompot owocowy 200ml</p>	<p>Deser jogurtowo- owocowy z granolą domową 150ml / jogurt, płatki owsiane, owoce suszone/ woda z miętą 150ml</p>
<p>Piątek 22.10.2021</p> <p>Kcal 1020</p>	<p>Chleb wieloziarnisty 40g, / mąka pszenna, jaja/ masło 10g, ser żółty 30g, rzodkiewka 40g, kawa/ jęczmień, żyto/ na mleku 200ml</p>	<p>Zupa selerowa z makaronem 250ml / seler, pietruszka, marchew, cebula, mąka pszenna, śmietana/ roladki rybne w sosie koperkowym 70g / miruna, jajko, mąka pszenna, olej, cebula/ ziemniaki z koperkiem 150g, ćwikła 80g kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kanapka z pastą zieloną 50g / avocado, ser homo, cytryna, czosnek, jaja, masło, mąka pszenna/, herbata z cytryną 150ml</p>

Smacznego !!!



Dzieciom podawana jest codziennie woda mineralna niegazowana.

Zastrzegamy sobie prawo do niewielkich zmian w jadłospisie.

Zgodnie z załącznikiem 2 do rozporządzenia 1169/2011 w jadłospisie wyróżniono pogrubieniem substancje lub produkty powodujące alergie.