



Jadłospis 15.11.2022r –25.11.2022r

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Wtorek 15.11.2022 Kcal 1050	Herbata z sokiem 200ml kasza jaglana na mleku 200ml weka 30g / mąka pszenna , jaja/ nutella domowa 20g / orzechy , czekolada gorzka, kakao, miód, mleko , kokos/	Zupa kalafiorowa z ziemniakami , natką pietruszki 250ml /kalafior, mieszanka warzywna, marchew, pietruszka, cebula, makaron pszenny, śmietana , bulion mięsny/ zraz wieprzowy w sosie 70g/50ml, / karczek , jaja , mąka pszenna , olej, cebula, / kasza jęczmienna 40g surówka z buraczków z ogórkiem kiszonym, jabłkiem i oliwą 80g kompot owocowy 150ml	Galaretką mleczną z truskawkami 150ml / mleko , cukier, żelatyna/ ciasteczka zbożowe 20g
Środa 16.11.2022	Kawa zbożowa na mleku 200ml /jęczmień, żyto, mleko / bułka pszenna 50g,	Zupa ziemniaczana na rosole z natką pietruszki 250ml / ziemniaki, cebula, marchew, pietruszka, skrzydła	Kisiel domowy z jabłkami tartymi 120ml / mąka ziemniaczana, malina mrożona, cukier, jabłka/

<p>Kcal 1000</p>	<p>/ mąka pszenna, jaja/ masło 5g, twarożek z pomidorem i koperkiem świeżym 40g dżem morelowy 10g</p>	<p>z indyka / łazanki z kapustą, pieczarkami , kurczakiem 150g /mąka pszenna, jajo, cebula, kiszona kapusta , filet , olej/ owoc świeży 80g kompot owocowy 150ml</p>	<p>chrupki kukurydziane 20g</p>
<p>Czwartek 17.11.2022</p> <p>Kcal 1050</p>	<p>Kawa zbożowa na mleku 200ml /jęczmień, żyto, mleko / bułka kajzerka 50g, / mąka kukurydziana, pszenna, jaja/ masło 10g, połudwica drobiowa 30g/ soja/ ogórek świeży 30g,</p>	<p>Krem pomidorowo paprykowy 250ml / marchew, papryka, pietruszka, pomidory pellati , mąka pszenna, śmietana , bulion mięsny, natka pietruszki/ ziemniaki ze szczypiorkiem 150g pieczeń z indyka w sosie koperkowym 70g /filet, mąka pszenna, olej , cebula / surówka z marchewki z jabłkiem 80g kompot owocowy 150ml</p>	<p>Budyń czekoladowy z owocami 150g /mleko, mąka ziemniaczana, jajko ,kakao, malina/</p>
<p>Piątek 18.11.2022</p> <p>Kcal 1010</p>	<p>Herbata z cytryną 150ml chleb graham 50g, /mąka pszenna, jaja, mleko/ masło 5g, pasta twarogowa z tuńczykiem szczypiorkiem 30g, ogórek kiszony 30g</p>	<p>Krem z zielonego groszku z groszkiem ptysiovym 50ml / groszek zielony, marchew, seler, pietruszka, śmietana, bulion mięsny, mąka pszenna, jaja / ziemniaki puree z koperkiem 150g sznycelek rybny 70g / miruna, bułka pszenna, jaja, cebula, olej/ surówka z kiszonej kapusty 80g kompot owocowy 200ml</p>	<p>Bawarka na mleku 200ml bułeczki cynamonki 50g / mąka pszenna, jaja, mleko ,drożdże, cukier/</p>
<p>Poniedziałek 21.11.2022</p> <p>Kcal 1000</p>	<p>Kawa zbożowa na mleku 200ml /jęczmień, żyto / bułka pszenna 50g, / mąka pszenna, jaja/ masło 10g, kielbasa drobiowa 30g/ soja/ papryka kolorowa 30g,</p>	<p>Zupa góralska na wędzonce z ziemniakami, majerankiem 250ml / fasolka biała drobna ,cebula, marchew, pietruszka, ziemniaki, boczek, mąka pszenna/ ryż z musem truskawkowo- jogurtowym 50g/100ml / jogurt, truskawka ,cukier, masło/ kompot jabłkowo- gruszkowy 200ml</p>	<p>Herbata z sokiem malinowym 150ml weka 30g /mąka pszenna, jaja/ masło 5g, ser żółty 15g, cebulka zielona 10g</p>
<p>Wtorek 22.11.2022</p> <p>Kcal 1080</p>	<p>Herbata pigwowa 200ml bułka graham 50g / mąka pszenna, jaja /, masło 5g,</p>	<p>Barszcz czerwony z uszkami 40g/200ml / burak, barszcz kiszony, czosnek, marchew, pietruszka, cebula, bulion mięsny, pieczarka / kotlet panierowany z udźca drobiowego</p>	<p>Tarta jabłkowa 80g / jabłka mąka pszenna, jaja, proszek do pieczenia, cukier waniliowy, śmietana, masło / kakao na mleku 150g</p>

	<p>twarożek z gruszką i miodem 50g</p>	<p>70g / udziec drobiowy, mleko, mąka pszenna, jajo, olej/ puree ziemniaczane 150g mizeria ze śmietaną 80g herbata z cytryną i miodem 150ml</p>	
<p>Środa 23.11.2022</p> <p>Kcal 1060</p>	<p>Kawa na mleku/ żyto, jęczmień/200ml weka / mąka pszenna, jaja/30g masło5g, szynka wieprzowa 30g/ soja/, ogórek świeży 30g</p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem 250ml / marchew, pietruszka, seler, cebula, bulion drobiowy, śmietana/ naleśniki po ukraińsku 150g / twaróg, cebula, ziemniaki, jajko ,mąka pszenna, mleko, olej/ sos pieczarkowy 80ml / śmietana, mąka pszenna, bulion warzywny/ sok jabłkowo- porzeczkowy 150ml</p>	<p>Deser owocowy pod pierzynką jogurtową 150g / mus jagodowy, mus jabłkowy, jogurt,/ biszkopty 15g / mąka pszenna, jaja/ herbata 150 ml</p>
<p>Czwartek 24.11.2022</p> <p>Kcal 1010</p>	<p>Kakao na mleku 150ml bułka pszenna 50g / mąka pszenna, jaja/ masło 5g, ser almette z ziołami 30g pomidor b/s 30g</p>	<p>Rosolnik z kaszą manną 250ml / marchew, seler , fasolka szparagowa, pietruszka, cebula, kasza manna, szponder, bulion drobiowy/ wołowina w sosie chrzanowym 70g /udziec wołowy, mąka pszenna, olej, cebula ,chrzan, śmietana/ ziemniaki z koperkiem 150g surówka z pekińskiej 80g kompot owocowy 150ml</p>	<p>Herbata 150ml kasza manna z brzoskwiniami 150g / mleko, kasza manna, miód/</p>
<p>Piątek 25.11.2022</p> <p>Kcal 1010</p>	<p>Kawa na mleku 200ml / żyto, jęczmień/ chleb wieloziarnisty 40g, / mąka pszenna, jaja/ masło 10g, pasta z buraków, orzechów włoskich i ogórków kiszonych 50g</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami 250ml, /brokuł, mąka pszenna, marchew, seler, cebula, pietruszka, bulin drobiowy/ ryż 50g miruna w jarzynie po grecku 70g/100g / miruna marchew, pietruszka, seler, papryka, konc.pomidorowy, cebula, olej/ kompot owocowy 150ml</p>	<p>Owocowe szaszłyki 100g / winogrono, banan, mandarynka/ dip jogurtowy z wanilią 60ml</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.