



**Jadłospis 28.10.2024 – 08.11.2024**

<b>Data</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
<b>Poniedziałek</b> <b>28.10.2024</b>  <b>Kcal 1100</b>	<i>Weka 50g,</i> <i>/ mąka <b>pszenna</b>, jaja/</i> <b>masło 5g,</b> <i>pasta <b>jajeczna</b> ze szczypiorkiem 40g</i> <i>/ majonez/</i> <i>kawa zbożowa na <b>mleku</b> 200ml</i> <i>/ jęczmień, żyto/</i>	<i>Zupa ziemniaczana na rosole 50ml,</i> <i>/ ziemniaki, por, kapusta włoska , marchew, pietruszka,</i> <i>kokardy makaronowe z łososiem</i> <i>i warzywami 120 g</i> <i>/mąka <b>pszenna</b>, jaja, marchew, fasola , kukurydza,</i> <b>łosoś</b> , olej / <i>kompot z owoców mieszanych 200ml</i>	<i>Mus bananowy z <b>jogurtem</b> 150ml</i> <i>Drożdżówka mini z serem</i>
<b>Wtorek</b> <b>29.10.2024</b>  <b>Kcal 1010</b>	<i>Chleb pszenno – żytni 50g</i> <i>/ mąka <b>pszenna</b>, żyto/</i> <b>masło 5g,</b> <i>szynka wieprzowa 30g / soja/</i> <i>pomidor 50g b/s</i> <i>kawa zbożowa na <b>mleku</b> 200ml</i> <i>/ jęczmień, żyto/</i>	<i>Zupa jarzynowa z makaronem i natką</i> <i>pietruszki 250ml</i> <i>/kurczak , <b>śmietana</b>, mieszanka wielowarzywna,</i> <i>marchew, pietruszka, seler, por, mąka <b>pszenna</b>, jaja/</i> <i>ziemniaki z koperkiem 150g</i> <i>połędwiczki wieprzowe w sosie</i> <i>pieczarkowym 80g/40ml</i> <i>/ cebula, olej, mąka <b>pszenna</b>/</i> <i>sałatka szwedzka 80g</i> <i>/pomidor, ogórek kiszony, marchew, cebula, oliwa /</i> <i>kompot owocowy 200ml</i>	<i>Graham 30g</i> <i>/ mąka <b>pszenna</b>, jaja/</i> <b>masło 5g,</b> <b>ser mozzarella 25g</b> <i>pomidor b/s 15g</i> <i>herbata 150ml</i>

<p><b>Środa</b> <b>30.10.2024</b></p>	<p>Płatki kukurydziane na <b>mleku</b> 200ml, weka 30g/ mąka <b>pszenna, jaja/</b> <b>masło</b> 10g, połędwica drobiowa 25g / <b>soja/</b> ogórek świeży 20g herbata 200ml</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami 250ml / brokuł, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, kapusta włoska pory pierogi z serem i masłem na słodko 150g / mąka <b>pszenna, jaja, twaróg, masło/</b> kompot agrestowo- wiśniowy 200ml owoce świeże / banan/</p>	<p>Ciasto jogurtwo- cytrynowe domowe 80g / mąka <b>pszenna, masło, jogurt, jaja</b>, cukier, cytryna / kakao na <b>mleku</b> 150ml</p>
<p><b>Czwartek</b> <b>31.10.2024</b></p>	<p>Chleb pszenno – żytni 50g / mąka <b>pszenna, żyto/</b> <b>masło</b> 5g, <b>ser</b> żółty gouda 30g liść sałaty kawa zbożowa na <b>mleku</b> 200ml / <b>jęczmień, żyto/</b></p>	<p>Zupa dyniowa z makaronem orzo 250ml / dynia, pomidor, imbir marchew, pietruszka , mąka <b>pszenna, jaja, śmietana/</b> kaszotto z warzywami 40g gulasz z indyka w sosie paprykowym 80g /40ml kompot gruszkowo-jabłkowy z goździkami</p>	<p>Koktail truskawkowy na <b>jogurcie</b> 150ml chrupki kukurydziane 30g</p>
<p><b>Poniedziałek</b> <b>04.11.2024</b></p> <p><b>Kcal 1000</b></p>	<p>Bułka grahamka 50g /mąka <b>pszenna, jaja/</b> <b>masło</b>10g, szynka wieprzowa/ <b>soja/</b> 30g, rzodkiewka 40g, kawa zbożowa na <b>mleku</b> 200ml / <b>jęczmień, żyto/</b></p>	<p>Krupnik zabielały z ziemniakami 250ml /marchew, pietruszka, <b>seler</b>, kapusta włoska, cebula, kasza jaglana, ziemniaki, mąka <b>pszenna, śmietana/</b> kluski śląskie z <b>masłem</b> 150g, /mąka ziemniaczana, <b>pszenna, jajko/</b> sos boloński 80ml, / udziec z kurczaka , cebula, papryka, olej, pomidory/ sok wiśniowo - jabłkowy 150ml</p>	<p>Drożdżówki mini 80g /mąka <b>pszenna, jaja, mleko</b>, drożdże , cukier , śliwka/ bawarka / <b>mleko/</b> 150ml</p>
<p><b>Wtorek</b> <b>05.11.2024</b></p> <p><b>Kcal 1010</b></p>	<p>Płatki <b>owsiane</b> na <b>mleku</b> 200ml, weka / mąka <b>pszenna, jaja/</b> 30g, <b>masło</b> 5g, humus z czarnuszką 40g /cieciorka, <b>sezam</b>, oliwa, suszone pomidory/ szczypiorek 5g, herbata ziołowa 150ml</p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem 250ml / ogórek kiszony, marchew, pietruszka, cebula, mąka <b>pszenna, śmietana/</b> ryba panierowana w sosie warzywnym 80g / <b>dorsz</b>, mąka <b>pszenna</b>, olej, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, papryka kolor, konc. pomidorowy, cebula / ziemniaki z koperkiem 80g surówka z kiszonej kapusty 80g sok gruszkowo- jabłkowy 150ml</p>	<p>Deser budyniowy czekoladowo- waniliowy z musem mango 150g / <b>mleko/</b></p>

<p><b>Środa</b> <b>06.11.2024</b></p> <p><b>Kcal 1005</b></p>	<p>Butka szpinakowa 50g, /mąka <b>pszenna</b>, jaja/ <b>masło</b> 10g, pasztet drobiowy 30g papryka świeża 20g herbata z cytryną 200ml</p>	<p>Krem porowo ziemniaczany 250ml / por, <b>seler</b>, pietruszka, marchew, mąka <b>pszenna</b>, <b>śmietana</b>/ naleśniki z twarogiem 150g / mąka kukurydziana, mąka <b>pszenna</b>, jaja, olej, <b>twaróg</b>, cukier waniliowy/ kompot truskawkowy 200ml mus z owoców świeżych 50 ml</p>	<p>Graham /mąka pszenna, jaja/30g, masło 5g, kiełbasa drobiowa 20g/ soja/ herbata 150ml</p>
<p><b>Czwartek</b> <b>07.11.2024</b></p> <p><b>Kcal 1015</b></p>	<p>Butka kajzerka 50g, / mąka <b>pszenna</b>, jaja/ <b>masło</b> 10g, awanturka z <b>twarogu</b> z rzodkiewką i szczypiorkiem 30g, herbata z cytryną 200ml</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ryżem 250ml / marchew, pietruszka, kalafior, brukselka, mąka <b>pszenna</b>, <b>śmietana</b>/ pieczeń z schabu 80g/40ml / cebula, olej, schab/ ziemniaki z koperkiem 150ml ćwikła 80g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Tost oliwą z oliwek , szynką, pomidorem, parmezanem 120g bawarka 150ml / mleko, ser/</p>
<p><b>Piątek</b> <b>08.11.2024</b></p> <p><b>Kcal 1020</b></p>	<p>Chleb wieloziarnisty 50g, /mąka <b>pszenna</b>, jaja/ <b>masło</b> 10g, <b>ser</b> żółty 30g, rzodkiewka 40g, kawa/ jęczmień, żyto/ na <b>mleku</b> 200ml</p>	<p>Zupa grysikowa 250ml / mieszanka warzywna b. selera, kasza manna, kurczak, pietruszka natka/ ryba panierowana 80g /sandacz, jajko, mąka <b>pszenna</b>, olej/ ziemniaki z koperkiem 150g, marchewka baby zasmażana 80g /mąka <b>pszenna</b>, <b>masło</b>/ kompot owocowy 200ml</p>	<p>Gruszka w sosie waniliowym z płatkami migdałów 80g/60ml / <b>mleko</b>, mąka ziemniaczana, cukier waniliowy, <b>migdały</b> /</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.*