



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 06.01.2025

DZIEŃ WOLNY

WTOREK 07.01.2025

ŚNIADANIE

- Pieczywo mieszane (**gluten**) 50g z masłem 10g, **ser** żółty 40g, ogórki konserwowe

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Herbata lipowa 150 ml
- Zupa pomidorowa z ryżem 250ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), ryż, pomidory w puszcze, koncentrat pomidorowy, **śmietana** 12%, przyprawy
- Makaron kokardki z **twarogiem** na słodko 150 g z musem **jogurtowo-truskawkowym** 40 g
Składniki: makaron (mąka **pszenna**, jajka, przyprawy), **twaróg** (cukier, twaróg, jogurt, truskawki), mus (**śmietana** 12%, jogurt, cukier wanilia)

PODWIECZOREK

- Kompot wieloowocowy 150 ml
- Baton Flips kakaowy 25 g
Składniki: mąka **pszenna** pełnoziarnista, mąka kukurydziana, mąka ryżowa, cukry, odtłuszczone **mleko** w proszku, kakao, cukier trzcinowy, olej słonecznikowy, sól morską.
Może zawierać: **soję, gluten, mleko, orzeszki arachidowe, oraz inne orzechy**

ŚRODA 08.01.2025

ŚNIADANIE

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

PODWIECZOREK

CZWARTEK 09.01.2025

ŚNIADANIE

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

PODWIECZOREK

PIĄTEK 10.01.2025

ŚNIADANIE

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

PODWIECZOREK

- Pieczywo mieszane 50g (**gluten**) z masłem 10g, jajecznicą ze szczypiorkiem 100g, papryką
Składniki: jajka, masło, szczypiorek
- Herbata lipowa 150ml
- Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 250ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, buraki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **sele**), boczek, czosnek, cebula, **śmietana** 12 %, przyprawy

- Sznyceł górski 80g z ogórkiem kiszonym i ziemniaki 100g
Składniki: ziemniaki, łopata wieprzowa, jajko, bułka **pszenna**, ogórek kiszony, przyprawy, olej rzepakowy
- Surówka z czerwonej kapusty 100g
Składniki: kapusta czerwona, olej, jabłko, przyprawy
- Kompot wieloowocowy 150 ml
- Drożdżówka z serem 60g,
Składniki: mąka **pszenna**, twaróg, woda, cukier, drożdże, jajka,

- Pieczywo mieszane (**gluten**) 50g z masłem 10g, wędliną wieprzową 20g, serem z ogórkiem i koperkiem, sałata, ogórek, szczypiorek, pomidor, rzodkiewka, kiełki
Składniki: wędlina (mięso wieprzowe, sól, białka **sojowe**, przyprawy (**gorczyca**)), ser (ser **twarogowy**, ogórki, białka **mleka**, sól, koperek suszony, przyprawy)
- Herbata owocowa 150ml
- Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty 250 ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, kapusta kiszona, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **sele**), przyprawy

- Gulasz wieprzowy 150g z kaszą **jęczmienną** 100g
Składniki: kasza, łopata wieprzowa, cebula, mąka **pszenna**, przyprawy, olej
- Warzywa letni ogród 100g
Składniki: mieszanka warzyw gotowanych, marchew, kalarepa, brokuł, cebula, przyprawy
- Woda 150 ml
- Jogurt owocowy 125 g
Składniki: **mleko**, cukier, **mleko** zagęszczone odtłuszczone, owoce, żywe kultury bakterii

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, kasza manna na mleku 150g, dżem niskosłodzony 10g
- Herbata owoce leśne 150ml
- Zupa grochowa z ziemniakami 250 ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **sele**), groch suchy, kiełbasa śląska, olej rzepakowy, czosnek, cebula, przyprawy

- Paluszek **rybny** 80g z ziemniakami 100g
Składniki: ziemniaki, **miruna**, bułka tarta **pszenna**, jajka, przyprawy, olej rzepakowy
- Surówka żydowska z ogórkiem kiszonym 100g
Składniki: biała kapusta, ogórek kiszony, cebula, olej rzepakowy, sok cytrynowy, przyprawy
- Kompot wieloowocowy 150 ml
- Jabłko 70 g