



# JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 25.11.2024

## ŚNIADANIE

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, pasztet drobiowy (mleko) 40 g, papryka, ogórek  
Składniki: woda, mięso z kurcząt, olej rzepakowy, kasza manna, białko sojowe, sól, przyprawy

- Herbata miętowa 150ml

## OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa ogórkowa z ziemniakami 250 ml  
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), ogórki kiszane, śmietana 12%, przyprawy

- Placki ziemniaczane 135g z śmietaną 10g  
Składniki: ziemniaki, cebula, olej rzepakowy i słonecznikowy, skrobia ryżowa, sól

- Kompot wielowocowy 150 ml

- Danonki do picia 100g  
Składniki: mleko, cukier, żywe kultury bakterii, woda

## PODWIECZOREK

WTOREK 26.11.2024

## ŚNIADANIE

- Pieczywo mieszane (**gluten**) 50g z masłem 10g, wędlina wieprzowa 20g, pesto z bazylii 20 g, sałata, ogórek, szczypior, pomidor, rzodkiewka  
Składniki: wędlina (schab wieprzowy, sól, białka sojowe, przyprawy (gorczyca)), pesto (olej słonecznikowy, woda, ser gouda, bazylia, ziarno słonecznika, sól, czosnek, orzechy arachidowe, ocet, ser pecorino Romano, przyprawy)

- Herbata owocowa 150ml

## OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Rosół z makaronem 250ml  
Składniki: zupa (woda, mięso drobiowe, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), przyprawy), makaron (mąka pszenna, jaja, przyprawy)

- Bigos staropolski 150 g z ziemniakami 100g  
Składniki: ziemniaki, kapusta biała, kapusta kiszona, łopatką wieprzowa, kiełbasa śląska, grzyby suszone, śliwki suszone, koncentrat pomidorowy, przyprawy

- Lemoniada 150 ml

## PODWIECZOREK

- Banan 70g

ŚRODA 27.11.2024

## ŚNIADANIE

## OBIAD

### (ZUPA + DRUGIE DANIE)

## PODWIECZOREK

CZWARTEK 28.11.2024

## ŚNIADANIE

## OBIAD

### (ZUPA + DRUGIE DANIE)

## PODWIECZOREK

PIĄTEK 29.11.2024

## ŚNIADANIE

## OBIAD

### (ZUPA + DRUGIE DANIE)

## PODWIECZOREK

- Pieczywo mieszane 50g (**gluten**) z masłem 10g, pasta rybna pomidorowa (**ryba**) 40g, ogórek kiszony

Składniki:tuńczyk w oleju, makrela w pomidorach, jajko gotowane, koncentrat pomidorowy, masło, cebula, przyprawy

- Herbata malinowa 150ml

- Zupa brokułowa z ziemniakami 250 ml

Składniki:woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, brokuł, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), **śmietana** 12 %, przyprawy

- Kotlet schabowy panierowany 80g

Składniki:schab wieprzowy, jajka, mąka **pszenna**, bułka tarta **pszenna**, olej rzepakowy, przyprawy

- Buraczki na ciepło 100g

Składniki:buraki, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, masło, przyprawy

- Kompot wielowocowy 150 ml

- Drożdżówka z dżemem 60g

Składniki:mąka **pszenna**, dżem, woda, cukier, drożdże, jaja, **mleko**

- Pieczywo mieszane (**gluten**) 50g z masłem 10g, wędlina drobiowa 20g, twaróg 20g, sałata, ogórek, szczypior, pomidor, rzodkiewka

Składniki:wędlina (mięso z piersi indyka, woda, sól, przyprawy), **twaróg** (**mleko**, **śmietanka**, **mleko** w proszku)

- Herbata malinowa 150ml

- Zupa fasolowa z ziemniakami 250 ml

Składniki:woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), ziemniaki, fasola sucha, kiełbasa śląska, olej rzepakowy, czosnek, cebula, przyprawy

- Filet z mintaja w panierce 90 g z ziemniakami 100g

Składniki:ziemniaki, filet z **mintaja**, mąka **pszenna**, woda, skrobia, sól

- Surówka meksykańska z kukurydzą 100g

Składniki:kapusta biała, marchew, kukurydza, majonez ( olej rzepakowy, żółtka jaja, musztarda (**gorczyca**)), przyprawy

- Woda 150 ml

- Chrupki kukurydziane kręcone kukuryku 25 g

Składniki:grys kukurydziany

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, płatki o smaku miodowym na mleku 150g (**mleko**), dżem niskosłodzony 10g

- Herbata lipowa 150ml

- Zupa jarzynowa z ziemniakami 250 ml

Składniki:woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), kalafior, kapusta biała, fasolka szparagowa, groszek, brukselka, **śmietana** 12%, przyprawy

- Udko pieczone 120 g z ziemniakami 100g

Składniki:ziemniaki, udko z kurczaka, olej rzepakowy, przyprawy

- Surówka szwedzka 100g

Składniki:ogórki konserwowe, przyprawy

- Kompot wielowocowy 150 ml

- Mandarynka