

JADŁOSPIS

07.01-10.01	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek			
Wtorek	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 35g, masło 7g (produkt pochodny mleka), wędlina drobiowa 1pl, dżem 10g, pomidor i ogórek 20g, kakao na mleku (mleko) 100ml	<u>Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml</u> (wywar drobiowo-warzywny, seler , por, pietruszka, marchew, cebula, natka pietruszki, ziemniaki, kasza jęczmienna, przyprawy) <u>Makaron fusilli 100g z polewą truskawkową 100g (mleko, truskawki),</u> <u>surówka z tartej marchewki 20g</u>	Kisiel truskawkowy 100g z ciastkiem pszennym (pszenica) 1szt Jabłko w kawałkach 50g
Środa	Płatki kukurydziane na mleku (mleko) 120g, pieczywo mieszane pszenno-żytnie 35g, masło 7g (produkt pochodny mleka), pasta jajeczna z twarogiem i szczypiorkiem 10g, wędlina wp 1pl, ogórek i sałata lodowa 20g, herbata owocowa 100ml	<u>Zupa pomidorowa z ryżem 250ml</u> (wywar warzywny, marchew, seler , pietruszka, por, pomidory, ryż, przyprawy) <u>Kotlet schabowy (gluten, jaja) 60g, ziemniaki 100g, surówka z kapusty pekińskiej, marchwi, selera, oleju rzepakowego 50g</u> Woda mineralna 100ml	Budyń czekoladowy (mleko) 100g Wafle ryżowe 1szt
Czwartek	Ryż na mleku (mleko), pieczywo mieszane pszenno-żytnie 35g, masło 7g (produkt pochodny mleka), dżem 10g, ser żółty 1pl, ogórek i rzodkiewka 20g, herbata z cytryną 100ml	<u>Zupa zacierkowa 250ml</u> (wywar warzywno-drobiowy, seler , por, cebula, pietruszka, marchew, jaja , mąka (gluten)) Gulasz wieprzowy z chudej łopatki 80g, kasza jęczmienna (gluten) 100g, surówka z buraczków 50g Woda mineralna 100ml	Jogurt naturalny z sokiem malinowym (mleko) 100g, herbatnik 10g (pszenica)
Piątek	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 35g, masło 7g (produkt pochodny mleka), pasta z czerwonej fasoli, suszonych pomidorków 10g, ser żółty 1pl, sałata lodowa i ogórek 20g, kakao na mleku (mleko) 100ml	<u>Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml</u> (wywar drobiowo-warzywny, marchew, cebula, seler , pietruszka, por, natka pietruszki, ziemniaki, ogórek kiszony, przyprawy, śmietana 18% (mleko)) <u>Pulpecik z dorsza w sosie koperkowym (ryba, gluten, mleko, jaja) 60g, ziemniaki 100g, surówka z kapusty kiszonej, marchwi, olej rzepakowy 50g</u> <u>Woda mineralna 100ml</u>	Ciasto jogurtowe (własny wypiek, mleko, gluten) 50g, marchewka, papryka w słupkach 40g

Opracowano:
Dietetyk Natalia Mejer

W jadłospisie oznaczono alergeny zgodnie z załącznikiem II rozporządzenia 1169/2011 w sprawie przekazywania Konsumentom informacji na temat żywności.
Ser żółty 1pl – ok.10g, wędlina 1pl – ok. 8-15g.