

# JADŁOSPIS

10.02-14.02	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
<b>Poniedziałek</b>	<b>Pieczywo</b> mieszane <b>pszenno-żytnie</b> 40g, masło 10g (produkt pochodny <b>mleka</b> ), szynka wp 1p/10g, ser żółty ( <b>mleko</b> ) 1p/10g, pomidor, sałata lodowa 20g, kakao na mleku ( <b>mleko</b> ) 100ml	<u>Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml</u> (wywar na mięsie drobiowym, ziemniaki, marchew, <b>seler</b> , pietruszka, ogórek kiszony) <u>Gulasz wieprzowy 60g, makaron fusilli 100g, fasolka szparagowa z kukurydzą i <b>sezamem</b> 40g, Woda mineralna z cytryną 100ml</u>	Budyń waniliowy 100g ( <b>mleko</b> ) Banan 1/2
<b>Wtorek</b>	Płatki owsiane na mleku 120g ( <b>gluten, mleko</b> ), pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, masło 10g (produkt pochodny <b>mleka</b> ), wędlna drobiowa 1p/10g (produkt pochodny <b>mleka</b> ), pasta z twarogu i rzodkiewki 15g (produkt pochodny <b>mleka</b> ), pomidor, ogórek 20g, herbata owocowa 100ml	<u>Zupa rosół z makaronem 250ml</u> (wywar na mięsie drobiowym, marchew, <b>seler</b> , pietruszka, por, mąka pszenna ( <b>gluten</b> ), natka pietruszki) <u>Kotlet mielony 60g (<b>gluten, jaja</b>), kasza jęczmienna 100g (<b>gluten</b>), surówka z selera (<b>seler</b>) 50g, Woda mineralna 100ml</u>	Jogurt naturalny z truskawkami ( <b>mleko, truskawki</b> ) 100g Jabłko 1/2
<b>Środa</b>	<b>Pieczywo</b> mieszane <b>pszenno-żytnie</b> 40g masło 10g (produkt pochodny <b>mleka</b> ), pasta z soczewicy i suszonych pomidorów 15g, jajko na twardo 30g, mix sałat i pomidor 20g, <b>mleko</b> do picia 100ml	<u>Zupa barszcz ukraiński z fasolką szparagową 250ml</u> (wywar warzywny, ziemniaki, marchew, <b>seler</b> , cebula, por, pietruszka, fasolka szparagowa, buraki, natka pietruszki) <u>Kopytka ziemniaczane 150g z cynamonem i jogurtem naturalnym 50g (<b>gluten, jaja, mleko</b>), Kompot owocowy 100ml</u>	Sałatka owocowa (jabłko, pomarańcza, melon) 80g Herbatnik 2szt
<b>Czwartek</b>	Kasza manna na mleku 120g ( <b>gluten, mleko 3,2%</b> ), pieczywo mieszane 40g (produkt zawiera <b>pszenice</b> ), masło 10g (produkt pochodny <b>mleka</b> ), ser żółty 1p/10g, dżem owocowy 15g, ogórek i pomidor 20g, herbata ziołowa 100ml	<u>Zupa krem z pieczonej dyni i batatów z pestkami dyni 250ml</u> (wywar warzywno-mięsny, marchew, <b>seler</b> , pietruszka, dynia, bataty, śmietana 18%-produkt pochodny <b>mleka</b> , pestki dyni, natka pietruszki) <u>Tradycyjny kotlet schabowy, ziemniaki 100g, surówka z buraczków z gruszką i olejem rzepakowym 50g, Woda mineralna 100ml</u>	Koktajl czekoladowy z jabłkiem na bazie jogurtu naturalnego ( <b>mleko</b> ) 100g Chrupiek kukurydziany 10g
<b>Piątek</b>	<b>Pieczywo</b> mieszane <b>pszenno-żytnie</b> 40g, masło 10g (produkt pochodny <b>mleka</b> ), pasta z białej fasoli z ziołami i szczypiorkiem ( <b>jaja</b> ) 15g, mix wędlin 15g, pomidor i ogórek kiszony 20g, kakao na mleku ( <b>mleko</b> ) 100ml	<u>Zupa neapolitańska z makaronem i natką 250ml</u> (wywar drobiowo-warzywny, marchew, <b>seler</b> , por, pietruszka, ser żółty ( <b>mleko</b> ), natka pietruszki) <u>Pulpeciki z fileta mintaja w sosie koperkowym 60g (<b>ryba, gluten, jaja</b>), ziemniaki 100g, surówka z ogórka kiszonego, cebulki z natką pietruszki 50g, Woda mineralna z cytryną</u>	Galaretki owocowa z czerwoną/ czarną porzeczką 100g Biskopczyk ( <b>gluten</b> ) 2szt

Opracował:  
Dietetyk Natalia Mejer