

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **WTOREK 01.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Kanapki z szynką drobiową i pomidorem,  herbata czarna  z cytryną** | **Banan** | **Podrosołek z kaszą manną**  **Schab w ciemnym sosie , ziemniaki, surówka z białej**  **kapusty**  (danie duszone) | **Jogurt z granolą** |
| **Skład surowcowy** | **Kanapki z szynką drobiową  i pomidorem**   * Pieczywo mieszane – 3 połówki * Szynka drobiowa 20g * Pomidor 20g * Masło 5g   **Herbata czarna  z cytryną 200ml** | Banan  1/2 szt. | **Podrosołek z kaszą manną 250ml**   * Bulion mięsny drobiowy 180ml * Kasza manna 30g * Marchew 10g * Pietruszka 10g * Seler 10g * Mąka pszenna 5g * Natka pietruszki 5g   Przyprawy – sól, pieprz  **Schab w ciemnym sosie 80 g**   * Schab b/k 65 g * Cebula 10 g * Mąka pszenna 5g   **Ziemniaki 100 g**  **Surówka z białej kapusty 100g**   * Kapusta biała 80g * Marchew 15g * Natka pietruszki 5g   Przyprawy: sól, pieprz, cukier, cytrynka | **Jogurt z granolą**   * Jogurt naturalny 80g * Granola 20g |
| **Alergeny** | Gluten, mleko |  | Gluten, seler | Gluten, mleko |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Środa 02.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Płatki owsiane  z mlekiem**  **Bułka z pastą  z kurczaka z papryką, herbata owocowa** | **Herbatniki z dżemem owocowym** | **Zupa pomidorowa z makaronem**  **Gołąbki odwrócone , ziemniaki**  **kalafior**  (danie pieczone) | **Kisiel owocowy** |
| **Skład surowcowy** | **Płatki owsiane  z mlekiem**   * Mleko 200ml * Płatki owsiane 12g   **Bułka  z pastą z kurczaka  i papryką**   * Bułka kajzerka  1 szt. * Papryka 20g * Masło 5 g   **Pasta z kurczaka**   * Kurczak 20g * Majonez 5g * Ketchup 5g   **Herbata owocowa 200ml** | **Herbatniki z dżemem owocowym**   * Herbatniki 6 szt. * Dżem owocowy 20g | **Zupa pomidorowa  z makaronem 250ml**   * Bulion mięsny 150ml * Makaron 40g * Marchewka 15g * Pietruszka 15g * Seler 10g * Koncentrat pomidorowy 20g   Przyprawy: sól, pieprz, opcjonalnie cukier  **Gołąbki odwrócone 80g**   * Mięso wieprzowe , mielone 40g * Ryż 20 g * Jajo 5 g * Kapusta biała 10 g * Mąka pszenna 5 g * Koncentrat pomidorowy 5 g * Sól, pieprz   **Ziemniaki 100g**  **Kalafior 100 g** | Kisiel owocowy  100g |
| **Alergeny** | Gluten, mleko | Gluten | Gluten, jaja, seler |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Czwartek 03.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Kanapki z kiełbasą krakowską  i ogórkiem,  herbata czarna** | **Kasza manna na mleku z cynamonem** | **Zupa zacierkowa**  **Kurczak gyros , ziemniaki**  **Surówka wiosenna**  (danie smażone) | **Jabłko** |
| **Skład surowcowy** | **Kanapki z kiełbasą krakowską i ogórkiem**   * Pieczywo mieszane – 3 połówki * Kiełbasa krakowska 20 g * Ogórek 20g * Masło 5 g   **Herbata czarna 200ml** | **Kasza manna na mleku z cynamonem**   * Kasza manna na mleku 100g * Cynamon 2g | **Zupa zacierkowa 250 ml**   * Bulion 120 ml * Boczek 15g * Ziemniaki 30g * Marchew 20g * Pietruszka 10g * Seler 20g * Por 15g * Cebula 10g * Jajka 5g * Mąka pszenna 5g   Przyprawy: pieprz, sól, liść laurowy, ziele angielskie  **Kurczak gyros 80g**   * Filet drobiowy 80g * Przyprawy: sól, pieprz , gyros   **Ziemniaki 100 g**  **Surówka wiosenna 100 g**   * Kapusta biała 50 g * Marchew 15g * Ogórek zielony 10 g * Pomidor 10 g * Papryka 10 g * Oliwa z oliwek 5 g   Przyprawy : sól , cukier , cytrynka | Jabłko  1szt |
| **Alergeny** | Gluten, mleko | Gluten, mleko | Gluten, seler,jaja |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Piątek 04.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Kanapki z szynką drobiową  i pomidorem,  kakao** | **Galaretka owocowa** | **Zupa krupnik**  **Medaliony panierowane , ziemniaki , surówka z kiszonego ogórka**  (danie smażone) | **Ciasto drożdżowe** |
| **Skład surowcowy** | **Kanapki z szynką drobiową  i pomidorem**   * Pieczywo mieszane  – 3 połówki * Szynka konserwowa 20g * Pomidor 20g * Masło 5 g   **Kakao 200ml** | Galaretka owocowa  100g | **Zupa krupnik 250ml**   * Bulion mięsny wieprzowy 180ml * Kasza jęczmienna 40g * Marchewka 10g * Pietruszka 10g * Seler 10g   Przyprawy: sól, pieprz  **Medaliony panierowane 80g**   * Filet rybny, morszczuk 60g * Jaja 10 g * Bułka tarta 10 g * Przyprawy : sól , pieprz   **Surówka z kiszonego ogórka  i marchewki 100g**   * Ogórek kiszony 80g * Marchew 15g * Cebula 5g   **Ziemniaki 100g** | Ciasto drożdżowe  100g |
| **Alergeny** | Gluten, mleko |  | Gluten,ryba, jaja, seler | Gluten |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Poniedziałek 07.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Kanapki z szynką drobiową i papryką,  herbata czarna** | **Jabłko** | **Zupa jarzynowa**  **Gzik z cebulką , ziemniaki**  (danie gotowane) | **Biszkopty z dżemem owocowym** |
| **Skład surowcowy** | **Kanapki z szynką drobiową i papryka**   * Pieczywo mieszane – 3 połówki * Szynka drobiowa 20g * Papryka 20g * Masło 5g   **Herbata czarna 200ml** | Jabłko 1 szt | **Zupa jarzynowa 250ml**   * Bulion warzywny 140g * Fasolka szparagowa 15 g * Ziemniaki 15g * Marchewka 15g * Kalafior 15g * Brokuł 15g * Brukselka 15g * Pietruszka 10 g * Seler 10 g   Przyprawy: sól, pieprz  **Gzik z cebulką 80 g**   * Twaróg 60 g * Cebula 10 g * Śmietanka 10 g * Przyprawy : sól , pieprz   **Ziemniaki 100 g** | Biszkopty z dżemem owocowym   * Biszkopty 3 szt. * Dżem owocowy 10g |
| **Alergeny** | Gluten, mleko | Gluten, mleko | Mleko, seler | Gluten |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Wtorek 08.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Kanapki z pastą twarogową  i rzodkiewką, herbata owocowa** | **Bułka maślana z powidłami śliwkowymi** | **Zupa ogórkowa**  **Gulasz wieprzowy , kasza**  **Buraczki**  (danie gotowane) | **Budyń śmietankowy** |
| **Skład surowcowy** | **Kanapki z pastą twarogową  i rzodkiewką**   * Pieczywo mieszane – 3 połówki * Rzodkiewka 20g   **Pasta twarogowa 35 g**   * Ser twarogowy  25 g * Masło 5 g   **Herbata czarna 200ml** | **Bułka maślana  z powidłami śliwkowymi**   * Bułka maślana  ½ szt.   Powidła śliwkowe 20g | **Zupa ogórkowa 250ml**   * Bulion warzywny 140ml * Ziemniaki 30g * Ogórek kiszony 30g * Marchewka 20g * Seler 10g * Pietruszka 10g * Por 10g   Sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, czosnek  **Gulasz wieprzowy 80 g**   * Mięso wieprzowe 60 g * Cebula 10 g * Bulion warzywny 20g * Koncentrat pomidorowy 5g * Olej rzepakowy 5 g * Przyprawy : sól , pieprz   **Kasza jęczmienna 100g**  **Buraczki 100 g**   * Buraczki 100g * Przyprawy : sól , pieprz , cytrynka | Budyń śmietankowy  100 g   * Mleko 90ml * budyń10g   Cukier opcjonalnie |
| **Alergeny** | Gluten, mleko | Gluten, mleko | Seler | Gluten, mleko |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Środa 09.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Kanapki z żółtym serem i pomidorem, herbata czarna  z cytryną** | **Galaretka owocowa** | **Barszcz ukraiński**  **Kotlety pożarskie , ziemniaki**  **Surówka z białej kapusty z koperkiem i ogórkiem**  (danie smażone) | **Sałatka jarzynowa** |
| **Skład surowcowy** | **Kanapki z żółtym serem i pomidorem**   * Pieczywo mieszane – 3 połówki * Ser żółty 20 g * Pomidor 20g * Masło 5 g   **Herbata czarna  z cytryną 200ml** | Galaretka owocowa  100 g | **Barszcz ukraiński 250ml**   * Bulion warzywny 150g * Fasola 20g * Buraki 30g * Marchewka 10g * Seler 10g * Pietruszka 10g * Natka pietruszki 2g * Mąka pszenna 2g   **Kotlety pożarskie 80g**   * Mięso drobiowe 60g * Bułka pszenna namoczona 15 g * Jaja 5 g * Sól, pieprz   **Ziemniaki 100g**  **Surówka z białej kapusty z koperkiem i ogórkiem 100g**   * Kapusta biała 80 g * Ogórek zielony 10 g * Koperek 10g * Przyprawy: sól, pieprz, cukier, cytrynka | **Sałatka jarzynowa 100g**   * Ziemniaki * Marchewka * Seler * Pietruszka * Cebula * Groszek konserwowy * Jajko * Majonez |
| **Alergeny** | Gluten, mleko |  | Gluten, seler,jajo | Mleko, jaja, seler |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Czwartek 10.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Parówka delikatesowa na gorąco  z ketchupem, pieczywo,  herbata czarna** | **Budyń śmietankowy** | **Zupa owocowa**  **Pulpety w białym sosie**  **Ziemniaki, warzywa na parze**  (danie duszone) | **Gofry szpinakowe**  **z dżemem** |
| **Skład surowcowy** | **Parówka delikatesowa na gorąco  z ketchupem, pieczywo**   * Pieczywo mieszane –  3 połówki * Parówka 1 szt. * Ketchup 5g * Masło 5 g   **Herbata czarna 200ml** | Budyń śmietankowy   * Mleko 90 ml * Budyń 10 g * Cukier opcjonalnie | **Zupa owocowa 250 ml**   * Mieszanka owocowa 80 g * Woda 150 ml * Skrobia ziemniaczana 5g * Cukier   **Pulpety w białym sosie 80g**   * Mięso mielone wieprzowe 60g * Bułka pszenna namoczona 10g * Jaja 5 g * Bulion warzywny 60 g * Mąka pszenna 5 g * Masło 5 g * Śmietanka 5g * Sól, pieprz   **Ziemniaki 100g**  **Warzywa na parze 100 g**   * Marchew 40 g * Brokuł 30 g   Kalafior 30 g | **Gofry szpinakowe  1 szt.**   * Mąka 30g * Szpinak 15g * Jaja 20g * Mleko 50ml   Dżem 20g |
| **Alergeny** | Gluten, mleko | Mleko , gluten | Gluten, mleko, jaja | **Gluten , mleko , jaja** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Piątek 11.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Kasza manna na mleku z sokiem owocowym,  kanapki z szynką drobiową  i ogórkiem,  herbata czarna** | **Banan** | **Żurek**  **Paluszki rybne, ziemniaki i surówką z kiszonej kapusty**  (danie smażone) | **Biszkopt z dżemem owocowym** |
| **Skład surowcowy** | **Kasza manna na mleku**   * Kasza manna na mleku 200ml * Sok owocowy 10ml   **Kanapki z szynką drobiową i ogórkiem**   * Pieczywo mieszane – 2 połówki * Szynka konserwowa 20g * Ogórek 20g * Masło 5g   **Herbata czarna 200ml** | Banan  1/2 szt. | **Żurek 250 ml**   * Bulion mięsny wieprzowy 170 ml * Ziemniaki 30g * Marchewka 20g * Pietruszka 10g * Żurek zakwas 20g * Przyprawy – sól, pieprz,liść laurowy ,majeranek   **Paluszki rybne 80g**   * Filet rybny (dorsz, mintaj) 65g * Jaja 5 g * Bułka tarta 10g * Przyprawy: sól, pieprz   **Ziemniaki 100g**  **Surówka z kiszonej kapusty 100g**   * Kapusta kiszona 80g * Marchewka 20 g * Przyprawy : pieprz , olej ,cukier opcjonalnie | Biszkopt z dżemem owocowym   * Biszkopty 3 szt * Dżem owocowy 20g |
| **Alergeny** | Gluten, mleko |  | Gluten, jaja, ryby |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Poniedziałek 14.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Płatki kukurydziane  Kanapki z szynką drobiową i ogórkiem, herbata czarna** | **Jabłko** | **Zupa neapolitańska**  **Kotlet schabowy, ziemniaki**  **Surówka wiosenna**  (danie smażone) | **Bułka maślana z dżemem** |
| **Skład surowcowy** | **Płatki kukurydziane z mlekiem**   * Mleko 200ml * Płatki kukurydziane 12g   **Kanapki z szynką drobiową i ogórkiem**   * Pieczywo mieszane –  2 połówki * Szynka drobiowa 20g * Ogórek 10g * Masło 5 g   **Herbata czarna 200ml** | Jabłko 1 szt | **Zupa neapolitańska 250 ml**   * Bulion warzywny 170 ml * Serek topiony 30g * Cebula 10g * Makaron 40g   Przyprawy: sól, pieprz, czosnek, pietruszka  **Kotlet schabowy 80 g**   * Schab b/k 60 g * Bułka tarta 10 g * Jaja 10 g * Przyprawy : sól , pieprz   **Ziemniaki 100 g**  **Surówka wiosenna 100 g**   * Kapusta biała 50 g * Marchew 15g * Ogórek zielony 10 g * Pomidor 10 g * Papryka 10 g * Oliwa z oliwek 5 g * Przyprawy : sól , cukier , cytrynka | **Bułka maślana z dżemem**   * Bułka maślana ½szt * Dżem owocowy 10g |
| **Alergeny** | Gluten, mleko |  | Seler, jaja , gluten | Mleko, gluten |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Wtorek 15.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Kanapki  z pastą jajeczną  i szczypiorkiem, herbata czarna**  **z cytryną** | **Wafle ryżowe  z powidłami śliwkowymi** | **Kapuśniak**  **Polędwiczka drobiowa w białym sosie , ryż**  **Gotowana marchewka**  (danie duszone) | **Pizzerka mini** |
| **Skład surowcowy** | **Kanapki z pastą jajeczną  i szczypiorkiem**   * Pieczywo mieszane  - 3 połówki * Szczypiorek 10g   **Pasta jajeczna**   * Jaja 25g * Majonez 5 g   **Herbata z cytryną** | **Wafle ryżowe  z powidłami śliwkowymi**   * Wafle ryżowe 3 szt. * Powidła śliwkowe 20g | **Kapuśniak 250ml**   * Bulion 170ml * Kapusta kiszona 30g * Marchew 15g * Pietruszka 15g * Seler 15g * Mąka pszenna 5g   Przyprawy – sól, cukier, pieprz  **Polędwiczka drobiowa w białym sosie 80 g**  **Polędwiczka drobiowa 80g**  **Sos**   * Bulion 60 g * Śmietanka 20g * Mąka pszenna 5g * Przyprawy : sól, pieprz , czosnek   **Ryż 100g**  **Gotowana Marchewka 100g** | Pizzerka  ½ szt |
| **Alergeny** | Gluten, mleko, jaj |  | Gluten mleko, seler | Gluten, mleko, jaja |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Środa 16.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Kanapki z pasztetem  i ogórkiem kiszonym,  herbata czarna  z cytryną** | **Banan** | **Zupa pomidorowa z ryżem**  **Kotlet mielony , ziemniaki , buraczki**  (danie smażone) | **Ciasto marchewkowe** |
| **Skład surowcowy** | **Kanapki z pasztetem  i ogórkiem kiszonym**   * Pieczywo mieszane –  3 połówki * Pasztet 20 g * Ogórek kiszony 20g * Masło 5 g   **Herbata z cytryną 200ml** | Banan ½ szt | **Zupa pomidorowa  z ryżem 250ml**   * Bulion mięsny drobiowy 150ml * Ryż 40g * Marchewka 15g * Pietruszka 15g * Seler 10g * Koncentrat pomidorowy 20g   Przyprawy: sól, pieprz, opcjonalnie cukier  **Kotlet mielony 80 g**   * Mięso wieprzowe mielone 60g * Cebula 5g * Bułka pszenna 10g * Jajo 5g   **Ziemniaki 100g**  **Buraczki 100 g**   * Buraczki gotowane 100g * Przyprawy: sól, cukier ,cytrynka | Ciasto marchewkowe  100g |
| **Alergeny** | Gluten, mleko |  | Gluten, jaja, seler | Gluten, mleko |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Czwartek 17.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Bułka z szynką drobiową  i pomidorem,  herbata owocowa** | **Kisiel owocowy** | **Zupa koperkowa**  **Carbonara z boczkiem**  **Makaron**  (danie smażone) | **Jogurt z musli owocowym** |
| **Skład surowcowy** | **Bułka  z szynką drobiową  i pomidorem**   * Bułka kajzerka  1 szt. * Szynka drobiowa 20g * Pomidor 20g * Masło 5 g   **Herbata owocowa 200ml** | Kisiel owocowy  100g | **Zupa koperkowa 250ml**   * Bulion warzywny 180ml * Ziemniaki 20g * Koperek 10g * Marchew 15g * Pietruszka 10g * Seler 10g   Przyprawy – sól, pieprz  **Carbonara z boczkiem 80g**   * Boczek 50 g * Jajo 10 g * Śmietanka 15 g * Olej 5g * Sól, pieprz , czosnek , bazylia   **Makaron 100 g** | **Jogurt  z musli owocowym**   * Jogurt naturalny 80g * Musli owocowe 20g |
| **Alergeny** | Gluten, mleko |  | Gluten, jaja,mleko,seler | Gluten, mleko |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Piątek 18.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Kanapki z kiełbasą żywiecką i papryką, herbata czarna** | **Bułka maślna z dżemem owocowym** | **Zupa ziemniaczana**  **Medaliony panierowane, ziemniaki**  **Surówka z kiszonego ogórka**  **i marchewki**  (danie smażone) | **Budyń śmietankowy** |
| **Skład surowcowy** | **Kanapki z kiełbasą żywiecką i papryką**   * Pieczywo mieszane – 3 połówki * Kiełbasa żywiecka 20 g * Papryka 20g * Masło 5 g   **Herbata czarna 200ml** | Bułka maślana ½ szt  Dżem owocowy  10 g | **Zupa ziemniaczana 250 ml**   * Bulion warzywny 150 ml * Ziemniaki 40g * Marchew 20g * Seler 20g * Pietruszka 20g   Przyprawy: sól, pieprz, majeranek  **Medaliony panierowane 80g**   * Filet rybny, morszczuk 60g * Jaja 10 g * Bułka tarta 10 g * Przyprawy : sól , pieprz   **Surówka z kiszonego ogórka  i marchewki 100g**   * Ogórek kiszony 70g * Marchew 20g * Cebula 10g * Przyprawy : pieprz , cukier opcjonalnie   **Ziemniaki 100g** | Budyń śmietankowy   * Mleko 90 ml * budyń 10 g * cukier opcjonalnie |
| **Alergeny** | Gluten, mleko | Gluten, mleko | Gluten, jaja, seler,ryby | Mleko , gluten |
|  |  |  |  |  |
| **Poniedziałek 21.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Kanapki z dżemem owocowym, kakao** | **Jabłko** | **Krupnik Makaron z kurczakiem**  **i szpinakiem**  (danie pieczone) | **Herbatniki z dżemem owocowym** |
| **Skład surowcowy** | **Kanapki z dżemem owocowym**   * Pieczywo mieszane – 3 połówki * Dżem owocowy  10 g * Masło 5 g   **Kakao 200ml** | Jabłko 1 szt | **Krupnik 250 ml**   * Bulion drobiowy 170 ml * Kasza jęczmienna 30 g * Marchew 20 g * Pietruszka 20 g * Seler 10 g   Przyprawy : sól , pieprz  **Makaron z kurczakiem i szpinakiem**   * **Makaron 100 g** * Cebula 10g * Kurczak 80g * Szpinak 65 g * Śmietana 20 g * Masło 5g * Przyprawy: sól, pieprz, czosnek | **Herbatniki z dżemem owocowym**   * Herbatniki 6 szt. * Dżem owocowy 20g |
| **Alergeny** | Gluten, mleko |  | Gluten, seler ,mleko | Gluten |



|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Wtorek 22.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Kanapki z szynką drobiową i ogórkiem,  herbata czarna**  **z cytryną** | **Galaretka owocowa** | **Rosół z ryżem**  **Kotlet Kargul, ziemniaki**  **Surówka z selera i marchewki**  (danie smażone) | **Ryż na mleku z jabłkami** |
| **Skład surowcowy** | **Kanapki z szynką drobiową  i ogórkiem**   * Pieczywo mieszane  – 3 połówki * Szynka drobiowa 20g * Ogórek 20g * Masło 5 g   **Herbata czarna  z cytryną 200ml** | Galaretka owocowa  100g | **Rosół z ryżem 250ml**   * Bulion drobiowy 150ml * Ryż 40g * Marchew 20g * Pietruszka 20g * Seler 20g   Przyprawy – sól, pieprz  **Kotlet Kargul 80g**   * Filet z kurczaka 60g * Jaja 5g * Papryka 10g * Mąka pszenna 5g * Sól, pieprz   **Ziemniaki 100g**  **Surówka z selera i marchewki 100g**   * Seler 40 g * Marchew 60 g   Przyprawy: cukier opcjonalnie, cytrynka | **Ryż na mleku z jabłkami**   * Ryż na mleku 80 g * Jabłka 20 g |
| **Alergeny** | Gluten, mleko |  | Seler, jaja, gluten | Mleko |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Środa 23.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Kanapki z pastą twarogową  i rzodkiewką, kakao** | **Biszkopty z dżemem owocowym** | **Zupa jarzynowa**  **Kurczak w sosie słodko- kwaśnym**  (danie duszone) | **Ciasto marchewkowe** |
| **Skład surowcowy** | **Kanapki z pastą twarogową  i rzodkiewką**   * Pieczywo mieszane – 3 połówki * Rzodkiewka 20g   **Pasta twarogowa 35 g**   * Ser twarogowy  25 g * Masło 5 g   **Kakao 200ml** | **Biszkopty z dżemem owocowym**   * Biszkopty 3 szt. * Dżem owocowy 10g | **Zupa jarzynowa 250ml**   * Bulion warzywny 140g * Fasolka szparagowa 15 g * Ziemniaki 15g * Marchewka 15g * Kalafior 15g * Brokuł 15g * Brukselka 15g * Pietruszka 10 g * Seler 10 g   Przyprawy: sól, pieprz  **Kurczak w sosie słodko – kwaśnym 200g**   * Polędwiczka drobiowa 80g * Cebula 20g * Papryka 15g * Groszek 15g * Kukurydza 15g * Ogórek konserwowy 15g * Bulion warzywny 45g * Koncentrat pomidorowy 15g * Mąka ziemniaczana 5g * Przyprawy – sól, pieprz   **Ryż 100g** | Ciasto marchewkowe  100g |
| **Alergeny** | Gluten, mleko | Gluten, mleko | Seler | Gluten |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Czwartek 24.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Kanapki z szynką drobiową  i pomidorem,  herbata czarna** | **Banan** | **Grochówka**  **Racuchy z cukrem**  (danie smażone) | **Sałatka makaronowa** |
| **Skład surowcowy** | **Kanapki z szynką drobiową  i pomidorem**   * Pieczywo mieszane – 3 połówki * Szynka drobiowa 20g * Pomidor 20g * Masło 5g   **Herbata czarna 200ml** | Banan  ½ szt. | **Grochówka 250ml**   * Bulion mięsny wieprzowy 170 ml * Ziemniaki 30g * Groch łuskany 30 g * Marchewka 20g   Sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek  **Racuchy z cukrem 2 szt**   * Mleko 100 ml * Mąka pszenna 65 g * Jajka 1 szt * Sól , * Drożdże 5 g * Cukier 7 g | **Sałatka makaronowa**   * Makaron 60g * Kukurydza 15g * Szynka konserwowa 15 g * Majonez 10g |
| **Alergeny** | Gluten, mleko |  | Gluten, mleko | Gluten, jaja |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Piątek 25.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Parówka delikatesowa na gorąco  z ketchupem, pieczywo,  herbata czarna** | **Kisiel owocowy** | **Barszcz ukraiński**  **Ryba panierowana, ziemniaki**  **Surówka z kiszonej kap**  (danie smażone) | **Gofry szpinakowe  z dżemem owocowym** |
| **Skład surowcowy** | **Parówka delikatesowa na gorąco  z ketchupem, pieczywo**   * Pieczywo mieszane –  3 połówki * Parówka 1 szt. * Ketchup 5g * Masło 5 g   **Herbata czarna 200ml** | **Kisiel owocowy**  100g | **Barszcz ukraiński 250ml**   * Bulion warzywny 150g * Fasola 20g * Buraki 30g * Marchewka 10g * Seler 10g * Pietruszka 10g * Natka pietruszki 2g * Mąka pszenna 2g   **Ryba panierowana 80g**   * Filet rybny (mintaj) 60g * Jaja 10g * Bułka tarta 10g * Sól, pieprz   **Ziemniaki 100g**  **Surówka z kiszonej kapusty 100 g**   * Kapusta kiszona 80g * Marchewka 20 g   Przyprawy : pieprz , olej ,cukier opcjonalnie | **Gofry szpinakowe  1 szt.**   * Mąka 30g * Szpinak 15g * Jaja 20g * Mleko 50ml * Dżem 20g |
| **Alergeny** | Gluten, mleko |  | Gluten, seler | Gluten, mleko, jaja |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Poniedziałek 28.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Płatki owsiane  z mlekiem  i rodzynkami,  kanapki z żółtym serem i papryką,  herbata owocowa** | **Wafle ryżowe  z powidłami śliwkowymi** | **Kapuśniak ze słodkiej kapusty**  **Bitki w ciemnym sosie**  **Ziemniaki , kalafior**  (danie pieczone) | **Jabłko** |
| **Skład surowcowy** | **Płatki owsiane  z mlekiem**   * Mleko 200ml * Płatki owsiane 12g * Rodzynki 5g   **Kanapki z żółtym serem i papryką**   * Pieczywo mieszane – 2 połówki * Żółty ser 20 g * Papryka 10g * Masło 5 g   **Herbata owocowa 200ml** | **Wafle ryżowe  z powidłami śliwkowymi**   * Wafle ryżowe 3 szt. * Powidła śliwkowe 20g | **Kapuśniak 250 ml**   * Bulion warzywny 170g * Kapusta biała 35g * Marchew 15 g * Pietruszka 15 g * Seler 10g * Mąka pszenna 5g   Przyprawy – sól ,pieprz  **Bitki w ciemnym sosie 80 g**   * Schab b/k 65g * Cebula 10g * Mąka pszenna 5 g   **Ziemniaki 100 g**  **Kalafior 100 g** | Jabłko  1 szt. |
| **Alergeny** | Gluten, mleko |  | Gluten, seler |  |



|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Wtorek 29.10.2024** | | | | | | | | |
| **Śniadanie** | | **II śniadanie** | **Obiad** | | **Podwieczorek** | | | |
| **Płatki kukurydziane  Kanapki z szynką drobiową  i ogórkiem, herbata czarna** | | **Galaretka owocowa** | **Zupa kalafiorowa**  **Jajko w sosie koperkowym**  **Ziemniaki, surówka z marchewki**  **( danie gotowane )** | | **Pizzerka mini** | | | |
| **Płatki kukurydziane z mlekiem**   * Mleko 200ml * Płatki kukurydziane 12g   **Kanapki z szynką drobiową  i ogórkiem**   * Pieczywo mieszane –  2 połówki * Szynka drobiową 20g * Ogórek 10g * Masło 5 g   **Herbata czarna 200ml** | | Galaretka owocowa  100 g | **Zupa kalafiorowa 250ml**   * Bulion warzywny 180ml * Kalafior 30g * Ziemniaki 10g * Marchew 10g * Pietruszka 10g * Seler 10g   Przyprawy – sól, pieprz, ziele angielskie  **Jajko w sosie koperkowym**  **Jajko 1 szt. ( 60 g)**  **Sos koperkowy**   * Koperek 5g * Bulion 60 g * Śmietanka 20g * Mąka pszenna 5g * Przyprawy : sól, pieprz , czosnek   **Ziemniaki 100 g**  **Surówka z marchewki 100 g**   * Marchewka 100 g * cytrynka , cukier opcjonalnie | | Pizzerka  ½ szt | | | |
| **Alergeny** | Gluten, mleko | | |  | | Gluten, seler |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Środa 30.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Płatki owsiane  z mlekiem**  **Bułka z pastą  z kurczaka z papryką, herbata owocowa** | **Herbatniki z dżemem owocowym** | **Zupa ziemniaczana**  **Kotlet z kurczaka, ziemniaki**  **Surówka z białej kapusty z koperkiem i ogórkiem**  (danie smażone) | **Kisiel owocowy** |
| **Skład surowcowy** | **Płatki owsiane  z mlekiem**   * Mleko 200ml * Płatki owsiane 12g   **Bułka  z pastą z kurczaka  i papryką**   * Bułka kajzerka  1 szt. * Papryka 20g * Masło 5 g   **Pasta z kurczaka**   * Kurczak 20g * Majonez 5g * Ketchup 5g   **Herbata owocowa 200ml** | **Herbatniki z dżemem owocowym**   * Herbatniki3 szt. * Dżem owocowy 10g | **Zupa ziemniaczana 250ml**   * Bulion warzywny 150 ml * Ziemniaki 40g * Marchew 20g * Seler 20g * Pietruszka 20g   Przyprawy: sól, pieprz, majeranek  **Kotlet z kurczaka 80g**   * Filet z kurczaka 60g * Bułka tarta pszenna 15g * Jajo 5 g * Przyprawy: sól, pieprz,   **Ziemniaki 100g**  **Surówka z białej kapusty z koperkiem i ogórkiem 100 g**   * Kapusta biała 80 g * Ogórek zielony 15 g * Koperek 5 g   Przyprawy : sól, pieprz , cukier , cytrynka | Kisiel owocowy  100g |
| **Alergeny** | Gluten, mleko | Gluten | Gluten, jaja, seler |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Czwartek 31.10.2024** | | | | |
| **Posiłek** | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Kanapki z kiełbasą krakowską  i ogórkiem,  herbata czarna** | **Banan** | **Zupa ogórkowa**  **Pulpety w sosie pomidorowym**  **Makaron, Groszek z marchewką**  (danie duszone) | **Kasza manna na mleku** |
| **Skład surowcowy** | **Kanapki z kiełbasą krakowską i ogórkiem**   * Pieczywo mieszane – 3 połówki * Kiełbasa krakowska 20 g * Ogórek 20g * Masło 5 g   **Herbata czarna 200ml** | Banan ½ szt | **Zupa ogórkowa 250ml**   * Bulion warzywny 140ml * Ziemniaki 30g * Ogórek kiszony 30g * Marchewka 20g * Seler 10g * Pietruszka 10g * Por 10g   Sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, czosnek  **Pulpety w sosie pomidorowym 80 g**   * mięso mielone wieprzowe 60 g * cebula 5 g * Bułka pszenna 5 g * jajo 5 g * bulion warzywny 50 g * koncentrat pomidorowy 5 g * sól ,pieprz   **Makaron 100 g**  **Groszek z marchewką 100 g**   * groszek 40 g * marchewka 60 g | **Kasza manna na mleku z cynamonem**   * Kasza manna na mleku 100g   Cynamon 2g |
| **Alergeny** | Gluten, mleko |  | Gluten, seler,jaja | Gluten , mleko |

**Pytania i uwagi proszę kierować pod nr . tel . 506167208**

**Jadłospis może ulec zmianie**

|  |  |
| --- | --- |
| **Sporządził** | **Zatwierdził** |
| Anna Stelmaszczyk | Łukasz Zawidzki |