

|  |
| --- |
| **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 owocowy100g |
| **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 owocowa100g | **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 drożdżowe100g |
| **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) | **Biszkoptyz 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 owocowa100 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, ziemniakii 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 drobiowąi ogórkiem*** Pieczywo mieszane – 2 połówki
* Szynka konserwowa 20g
* Ogórek 20g
* Masło 5g

**Herbata czarna 200ml** | Banan1/2 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 drobiowąi ogórkiem,herbata czarna** | **Jabłko** | **Zupa neapolitańska****Kotlet schabowy, ziemniaki****Surówka wiosenna** (danie smażone) | **Bułka maślana z dżemem** |
| **Skład surowcowy** | **Płatki kukurydzianez 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 marchewkowe100g |
| **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 owocowy100g | **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 sztDżem 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** | **KrupnikMakaron 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 drobiowąi 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** | **Biszkoptyz 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** | Banan½ 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** | Jabłko1 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 kukurydzianez 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 owocowy100g |
| **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 |