

## ***Jadłospis*** ***na okres od 23.04. do 11.05.2018r.***

### ***Poniedziałek-23.04.2018r.***

**Śniadanie:** Pieczywo żytnie z ziarnem słonecznika i wędlina schab w plastrach, pomidor czerwony

Zupa mleczna –płatki ryżowe 200ml. Herbata owocowa 200ml.

**Obiad:** Makaron świderki razowy z pieczrkami ,mięso drobiowym, ser żółty-zapiekanka 80-100g. Sos pomidorowy

Kompot wielowocowy 200ml.

**Zupa:** szczawiowa z ziemniakami, marchewką, selerem i porem , jajkiem ze śmietaną 200ml

**Podwieczorek:** Serek danio 100g.

Alergeny: 1,3,7,9,11\*

### ***Wtorek-24.04.2018r.***

**Śniadanie:** Bułka wrocławska z masłem ,dżem z owoców leśnych, mleko 200ml. owoc - banan

**Obiad:** Kasza gryczana 80-100g, Gulasz z mięsa wieprzowego z warzywami (marchew, seler, cebula, por) 80g-100g

Ogórek kiszony 50g.

Woda z cytryną 200ml.

**Zupa:** kalafiorowa z ziemniakami ,marchewką, selerem ,porem z natką pietruszki na wywarze z porcji rosółowej 200ml

**Podwieczorek:** płatki kukurydziane z żurawiną na mleku

Alergeny: 1,7,3,9,11\*

### ***Środa -25.04.2018r.***

**Śniadanie:** Pieczywo razowe z masłem, parówka z mięsa wieprzowego 93% papryka czerwona, sos pomidorowy

Herbata z cytryną 200ml.

**Obiad:** Kluski leniwe z serem twarogiem z masełkiem 100-150g.

Surówka z ,marchwi, jabłaka ,chrzanu z jogurtem naturalnym 50g.

Kompot malinowy 200ml.

**Zupa:** pieczarkowa z ziemniakami ,marchewką, selerem i porem na wywarze z porcji rosółowej 200ml

**Podwieczorek:** soczek owocowy 200ml. mini herbatniki 14g.

Alergeny: 1,7,3,9,8,11,6\*

### ***Czwartek-26.04.2018r.***

**Śniadanie:** Pieczywo orkiszowe z masłem pasta z sera twarogu ze szczypiorkiem, rzodkiewką

Zupa mleczna –zacierka 200ml. Herbata malina z cytryną 200ml. 200ml.

**Obiad:**Ziemnaki z koperkiem 80-100g.Kotlet drobiowy panierowany80g, surówka z kapusty pekińskiej,marchwi,szczypiorku,jabłka,papryki z jogurtem naturalnym 50g.

Kompot śliwkowy 200ml.

**Zupa:** grochowa z makaronem muszelki na wywarze drobiowym i warzyw z majerankiem 200ml.

**Podwieczore:** drożdżówka ,kompot malinowy 200ml.

Alergeny: 1,7,3,9,8 \*

### ***Piątek -27.04.2018r.***

**Śniadanie:**Pieczywo z nasionami dyni z masłem, pasta rybna z tuńczyka ,ogórek kiszony Kawa inka na mleku 200ml.

**Obiad:** Ziemnaki z koperkiem 80-100g, jajko w sosie tatarskim ( papryka czerwona,szczypiorek,ogórek ,)50g-80g.

Kompot porzeczkowy200ml

**Zupa:** jarzynowa z ziemniakami,marchewką selerem,porem ,fasolką szparagową,zielonym groszkiem 200ml

**Podwieczorek:** owoce mandarynki

Alergeny:1,3,7,9,4,14\*

### ***Poniedziałek-30.04.2018r.***

**Śniadanie:**Pieczywo z nasionami lnu i masłem i wędliną drobiowa,pomidor zupa mleczna –płatki kukurydziane 200ml,herbata owocowa 200ml.

**Obiad:**Makaron spaghetti 80-100g.,sos bolonez (mięso wieprzowe,papryka,cebula,marchew,seler,por)120ml.

Kompot truskawkowy 200ml.

**Zupa:**ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki na wywarze warzywnym 200ml.

**Podwieczorek:** kisiel z jabłkiem 200ml ,zdrowe chrupki

Alergeny:1,3,7,9 \*

### ***Poniedziałek-07.05.2018r***

**Śniadanie:**Pieczywo orkiszowe z masłem ,pasztet warzywny

Zupa mleczna-płatki jaglane 200ml.Herbata owocowa200ml.

**Obiad:**Makaron z serem twarogiem i masłem 100-120g.

Jogurt owocowy 100g.

**Zupa:** z czerwonej soczewicy z ziemniakami na wywarze z porcji rosółowej i warzyw 200ml.

**Podwieczorek:**

### ***Wtorek -08.05,2018r.***

**Śniadanie:**Bułeczki fitness słonecznik z masłem ,ser żółty salami w plastrach popryka czerwona Kakao na mleku 200ml.

**Obiad:**Ziemnaki z koperkiem 80-100g.udko pieczone 80g.,pomidory z cebulką 50g.

Kompot owocowy 200ml

**Zupa:**zacierkowa na wywarze z porcji rosółowej i warzyw

**Podwieczorek:** serek homogenizowany 130g.

Alergeny: 1,3,7,9\*

## ***Środa-09.05.2018r.***

**Śniadanie:**Pieczywo pszenno-żytnie z masłem,Wędlina

ogórek zielony-kielbasa krakowska -plastry.Herbata z sokiem malinowym

**Obiad:** Pierogi z serem 80-100g,Bita śmietana 50g.Owoc sezonowy

Kompot śliwkowy 200ml.

**Zupa :**fasolowa z ziemniakami,marchewą,selerem ,porem,czosnkiem na porcji rosółowej 200ml.

**Podwieczorek:**Kasza manna na mleku z sokiem 200ml.

Alergeny:1,3,7,9\*

## ***Czwartek-10.05.2018r.***

**Śniadanie:**Pieczywo orkiszowe z masłem,serek ziołowy,ogórek kiszony

zupa mleczna-płatki owsiane 200ml.

Herbata malinowa z pigwą 200ml.

**Obiad:**Kasza jęczmienna80-100g.,Pulpet z mięsa wieprzowo-drobiowego 100-120g.Surówka z białej kapusty,marchwi,,szczypiorku,kukurydzy,jabłka,z oliwą 80g..Kompot z czarnej porzeczki 200ml.

**Zupa:**brokułowa z ziemniakami,marchwią,selerem,porem na rosółku drobiowym

**Podwieczorek:**Budyń waniliowy na mleku 200ml.

Alergeny: 1,3,7,9,10,11\*

## ***Piątek 11.05.2018r.***

**Śniadanie:**Pieczywo razowe z żurawiną z masłem ,pasta z jajka.szczypiorku , pomidor 200ml ,Kawa inka na mleku 200ml.

**Obiad:**Ziemnaki z koperkiem 80-100g.Porcja ryby –dorsz panierowany80g.

Sałatka z ogórka zielonego ze szczypiorkiem i jogurtem naturalnym 50g.

Woda z pomarańcza 200ml.

**Zupa:**barszcz czerwony z makaronem wstążki na wywarze z porcji rosółowej i warzyw 200ml.

**Podwieczorek:** Jogurt owocowy-pitny 200ml.

Alergeny:1,3,7,9,4,14\*

Zastrzegamy sobie prawo do modyfikowania w jadłospisie

**Alergeny występujące w posiłkach:**

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jajka i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne ( arachaidowe)
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

\*Zgodnie z informacjami od producenta użyte produkty gotowe(np.kakao,herbata,dżem,keczup, koncentrat pomidorowy,produkty z mięsa)mogą zawierać śladowe ilości alergenów:glutenu,mleka łącznie z laktozą,jaj,soi,orzechów,selera i gorzycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:pieprz,pieprz ziołowy,ziele angielskie,liść laurowy,majeranek,oregano,bazylia,tymianek,zioła prowasalskie,papryka słodka,zioła włoskie,czomber