

Jadłospis

na okres od 12.11. do 22.11.2019r.

Poniedziałek-11.11.2019r.

Obiad:

Zupa: Dzień wolny od zajęć

Wtorek-12.11-2019r.

Obiad: Zapiekanka z makaronu świderki i pieczarek, fileta dr., sera żółtego 120-150g, sos pomidorowy 80g

Kompot wielowocowy 200ml.

Zupa: z kiszzonej kapusty z marchewką, selerem, porem z ziemniakami na wywarze z porcji rosółowej 200ml.

Alergeny: 1,3,7,9*

Środa-13.11-2019r.

Obiad: Gołąbki z ryżem w liściu kapusty w sosie pomidorowym 120-150g.

Ziemnaki z koperkiem 120-150g.

Kompot malinowy 200ml

Zupa: rybna, marchewką, selerem, porem, ziemniakami na wywarze z porcji rosółowej 200ml

Alergeny 1,4,6,7,9,3,8,14*

Czwartek-14.11.2019r.

Obiade: Ziemnaki z koperkiem 120-150g, Kotlet mielony 100g, buraczki na gorąco 80g.

Woda z cytryną 200ml

Zupa: grochowa z makaronem muszelki na wywarze drobiowym i warzyw z natką pietruszki 200ml

Alergeny 1,3,7,9

Piątek-15.11.2019r.

Obiad: Ziemnaki z koperkiem 120-150g, Jajko w sosie tatarskim (papryka, ogórek konserwowy, szczypior) 100-120g.

Zupa: pomidorowa z ryżem na wywarze z porcji rosółowej 200ml.

Poniedziałek -18.11.2019r.

Obiad: Makaron spaghetti z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowym 120g-150g

Kompot owocowy 200ml.

Zupa: jarzynowa z ziemniakami na wywarze z porcji rosółowej i warzyw 200ml.

Alergeny 3,7,9,1*

Wtorek-19.11.2019r.

Obiad:Ziemnaki z koperkiem120-150g.udkodrobiowe -pieczone100g Surówka z kapusty pekińskiej ,marchwi,jabłka,szczypiorku z jogurtem naturalnym 80g .

Woda z pomarańczą 200ml.

Zupa:wiejska z kaszą na wywarze z porcji rosółowych i warzywnym z zielonym koperkiem 200ml

Alergeny: 3,7,9,1*

Środa -20.11.2019r.

Obiad:Pierogi z serem i bitą śmietana 120-150g.,Owoc- jabłko 80g

Kompot śliwkowy 200ml.

zupa:z czerwonej soczewicy z ziemnakami,marchwią selerem , na porcji rosółowej 200ml.

Alergeny 3,7,9,1*

Czwartek 21.11.2019r.

Obiad:Kasza bulgur120-150g.Pulpet w sosie pomidorowym100g.Sałatka z ogórków kiszonych,marchwi,cebuli z oliwą80g

Kompot czarnej porzeczki 200ml.

Zupa:kalafiorowa z ziemnakami z ,marchwią,selerem,porem na rosółku drobiowym 200ml.

Alergeny 3,7,6,9,1*

Piątek 22.11.2019r.

Obiad:Ziemnaki -z koperkiem120-150g. Ryba oanierowana-porcja 100g-120g Surówka z kapusty kiszonej,marchwi,jabłka z oliwa 80g. Kompot 200ml.

Zupa : barszcz czerwony z makaronem muszelki na wywarze z warzyw i porcji rosółowej200ml.

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

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(archaidowe)
- 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, jaja, soi, orzechów, selera, i gorczycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, pieprz ziółowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, tymianek, rozmaryn, zioła prowalskie, papryka słodka, zioła włoskie, cząber