

Jadłospis na PAŹDZIERNIK 20201

| Dzień | Śniadanie | II śniadanie | Obiad |
|----------------------------|--|---|--|
| 1.10.2021 Piątek | Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) Szynka 2 plasterki , Dżem Pomidor, Kakao na mleku roślin. | Mus owocowy 1szt | Zupa ogórkowa z koperkiem (1,9) 250ml, Ziemniaki z koperkiem 150g, Ryba w sosie greckim (1,3,4) 1 szt, Kompot owocowy |
| 4.10.2021 Poniedziałek | Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) Parówka na ciepło 50g , Papryka, Herbata owocowa | Kisiel z jabłkiem (1) 150ml | Zupa ziemniaczana i zieleniną (1,9) 250ml, Makaron razowy(1,3) 150g z sosem bolońskim i groszkiem zielonym 150g, Lemoniada z cytryną i miętą |
| 5.10.2021 Wtorek | Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) Jajecznicza ze szczypiorkiem (3) 80g , Pomidor, Kawa inka na mleku roślin. (1) | Koktajl owocowy na mleku roślinnym 150g | Zupa z zielonego groszku z zieleniną, (1,9) 250ml, Ziemniaki z koperkiem 150g, Kotlet mielony (1,3) 80g, Ogórek świeży 100g, Kompot owocowy |
| 6.10.2021 Środa | Bułka z masłem klarowanym (1) 1szt, Szynka z indyka 2 plasterki , Sałata, Ogórek świeży, Kakao na mleku roślin. | Gruszka 1szt | Zupa szparagowa z makaronem z natką (1,3,9) 250ml, Ziemniaki z koperkiem 150g, Podudzia z kurczaka pieczone 1szt, Sur z kapusty białej z marchewką i natką 100g, Kompot z owoców |
| 7.10.2021 Czwartek | Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) Pasztet drobiowy 30g , Pomidor, Ogórek kiszony, Kawa inka na mleku roślin. (1) | Budyń z sokiem na mleku roślin. (1) 150ml | Zupa z jarzynowa z natką pietruszki (1,9) 250ml, Kluseczki gnocchi (1,3) 150g, Strogonoff z kurczaka z pieczarkami (1) 150g, Kompot z owocowy |
| 8.10.2021 Piątek | Chleb mieszany z masłem klarowanym (1), Pasta z makreli ze szczypiorkiem (3,4) , Papryka, Kakao na mleku roślin. | Jabłko 1szt | Zupa chłopska z zieleniną (1,9) 250ml, Naleśniki z mlekiem roślinnym z musem truskawkowym(1,3) 2szt, Kompot owocowy |
| 11.10.2021 Poniedziałek | Chleb mieszany z masłem klarowanym (1), Parówki z szynki na ciepło z keczupem 2szt , Rzodkiewka, Kawa inka na mleku roślin. (1) | Pł. kukurydziane z mlekiem roślin. (1) 150g | Zupa brokułowa z koperkiem (1,9) 250ml, Kasza bulgur (1) 150g, Gulasz z łopatki z warzywami (1) 150g Lemoniada z cytryną |
| 12.10.2021 Wtorek | Chleb mieszany z masłem klarowanym (1), Polędwica sopocka 2 plasterki , Sałata, Papryka czerwona 20g, Kakao na mleku roślin. | Banan 1szt | Rosół z makaronem nitki i natką pietruszki (1,3,9) 250ml, Ziemniaki z koperkiem 150g, Kotlet mielony drobiowy (1,3) 80g, Mizeria z koperkiem 100g, Kompot z owoców mieszanych |
| 13.10.2021 Środa | Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) Pasta mięsna z prażonymi pestkami słonecznika 30g , Miód , Ogórek kiszony, Kawa inka na mleku roślin. (1) | Kasza manna na mleku roślin. (1) z musem gruszkowym 150ml | Żurek z białą kielbasą i natką pietruszki (1,7,9) 250ml, Kluski kładzione z masłem klarowanym (1,3) 150g, Gruszka 1szt, Kompot z owoców sezonowych |
| 14.10.2021 Czwartek | Chleb mieszany z masłem klarowanym (1), Szynka 2 plasterki , Pomidor, Herbata owocowa | Mandarynka 1szt | Zupa kalafiorowa z zieleniną (1,9) 250ml, Ziemniaki z koperkiem 150g, Filet z kurczaka w panierce (1,3) 80g, Fasolka szparagowa 100g, Kompot z owoców miesz. |
| 15.10.2021 Piątek | Bułka z masłem klarowanym (1) 1szt, Pasta jajeczna ze | Mus owocowy 1szt | Barszcz ukraiński z zieleniną (1,9) 250ml, Ziemniaki z koperkiem 150g, Paluszki rybne |

| | | | |
|----------------------------|---|--|---|
| | szczypiorkiem (3) 30g , Papryka czerwona, Kakao na mleku roślin. | Ciastka zbożowe(1) | (1,3,4) 2szt, Sur z kapusty białej z marchewką i jabłkiem z zieleniną 100g, Kompot z owoców sezonowych |
| 18.10.2021 Poniedziałek | Chleb mieszany z masłem klarowanym (1), Jajecznicą ze szczypiorkiem (3) 80g , Pomidor, Kawa inka na mleku roślin. (1) | Wafle ryżowe z powidłami 2szt | Zupa pomidorowa z ryżem z koperkiem(1,9) 250ml Ziemniaki z koperkiem 150g, Klops w sosie własnym (1,3) 150g, Sur. z kapusty kiszonej z marchewką 100g, Lemoniada z cytryną |
| 19.10.2021 Wtorek | Chleb mieszany z masłem klarowanym (1), Pasztet drobiowy 30g , Ogórek świeży, Rzodkiewka, Kakao na mleku roślin. | Kisiel z tartym jabłkiem 150g | Krupnik z zieleniną (1,3,9) 250ml, Pyzy (1,3) 2szt, Gulasz z łopatki z warzywami 150g (1,) Kompot owocowy |
| 20.10.2021 Środa | Chleb mieszany z masłem klarowanym (1), Szynka z indyka 2 plasterki , Papryka, Sałata masłowa Kawa inka na mleku roślin. (1) | Drożdżówka z gruszką (1,3,7) | Krem z dyni z prażonymi pestkami dyni i zieleniną (1,3,9) 250ml, Makaron Spaetzle (1,3) z kapustą kiszoną i kiełbasą 200g, Gruszka 1 szt, Kompot owoców mieszanych |
| 21.10.2021 Czwartek | Chleb mieszany z masłem klarowanym (1), Jajko z majonezem 1szt , Rzodkiewka, Herbata z cytryną | Jabłko 1szt | Krem kalafiorowy z zieleniną (1,9) 250ml, Ziemniaki z koperkiem 150g, Kotlet z fileta z kurczaka (1,3) 80g, Fasolka szparagowa 100g, Kompot z owoców sezonowych |
| 23.10.2021 Piątek | Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) Pasta z makreli (1,3) ze szczypiorkiem 30g , Pomidor, Kakao na mleku roślin. | Banan 1szt | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki (1,9) 250ml, Makaron z musem truskawkowym (1,3) 200g, Marchewka, Kompot owocowy |
| 25.10.2021 Poniedziałek | Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) Szynka drobiowa 2 plasterki, Miód 30g , Pomidor, Herbata z cytryną | Budyń waniliowy na mleku roślin. (1)z sokiem malinowym | Zupa koperkowa z makaronem kuleczki (1,3,9) 250ml, Kasza bulgur (1) 150g, Gulasz z fileta z kurczaka w sosie pieczarkowym (1) 150g, Sur z kapusty czerwonej z jabłkiem i zieleniną, Lemoniada z cytryną |
| 26.10.2021 Wtorek | Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) Parówki z szynki na ciepło z keczupem 2szt , Ogórek świeży, Kakao na mleku roślin. | Mix owocowy z dodatkiem mleka roślinnego 150ml | Zupa pomidorowa z ryżem i zieleniną (1,3,9) 250ml, Ziemniaki z koperkiem 150g, Kotlet mielony (1,3) 80g, Sur. z kapusty kiszonej z papryką 100g, Kompot owocowy |
| 27.10.2021 Środa | Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) Pasta z warzyw z koperkiem (7,9) 30g , Papryka czerwona, Kawa inka na mleku roślin. (1) | Gruszka 1szt | Zupa z czerwonej soczewicy z zieleniną (1,9,7) 250ml, Makaron razowy (1,3) 150g, Sos boloński z groszkiem zielonym 150g (1), Kompot z owoców sezonowych |
| 28.10.2021 Czwartek | Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) Szynka z indyka 2 plasterki , Sałata, Ogórek świeży, Kakao na mleku roślin. | Kisiel z jabłkiem (1) 150ml | Zupa ogórkowa z koperkiem (1,3,9) 250ml, Kasza bulgur (1) 150g, Gulasz z łopatki (1) 150g, Sałatka z buraczków z jabłkiem i chrzanem 100g, Kompot owocowy |
| 29.10.2021 Piątek | Bułka z masłem klarowanym (1), Pasta z makreli (1,3) z pomidorami 50g, Dżem n/c , Rzodkiewka, Kawa inka na mleku roślin. (1) | Mus owocowy 1szt Ciastka zbożowe(1) | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (1,9) 250ml, Ziemniaki puree (7) z koperkiem 150g, Ryba w sosie greckim (1,3,4) 1 szt, Kompot z owoców miesz. |

Alergeny

1. zboża zawierające gluten
7. mleko i produkty mleczne

3. jaja i produkty pochodne
9. seler i produkty pochodne

4. ryby i produkty pochodne