

Jadłospis na styczeń 2023

Dzień	Śniadanie	II śniadanie	Obiad
I tydzień			
2.01.2022 Poniedziałek	Chleb mieszany z masłem (1,7) Twarożek ze śmietaną i rzodkiewką (7) 30g , Powidła, Herbata z cytryną	Jabłko 1szt	I danie: Zupka ziemniaczana zabieleną z koperkiem (7,9) 250ml, II danie: Placki z marchewką (1,3,7) 2 szt Woda z cytryną
3.01.2022 Wtorek	Chleb mieszany z masłem (1,7) , Jajecznica ze szczypiorkiem (3) 80g , Ogórek kiszony, Herbata owocowa	Budyń waniliowy z sokiem (1,7) 150ml	I danie: Rosółek z makaronem i zieleniną (1,3,9) 250ml, II danie: Ziemniaki puree z koperkiem (7) 150g, Udziec z kurczaka pieczony 1szt, Sur z kapusty białej z marchewką natką pietruszki 100g , Kompot
4.01.2022 Środa	Chleb mieszany z masłem (1,7), Parówki na ciepło z keczupem 2szt , Ogórek świeży, Kawa inka (1,7)	Pł. ryżowe na ml (1,7) 150ml	I danie: Zupka kalafiorowa z natką pietruszki (7,9) 250ml, II danie: Makaron kokardki (1,3) 150g, Sos pomidorowy z filetem z warzywami(1) 150g 150g, Kompot
5.01.2022 Czwartek	Chleb z masłem (1,7), Ser żółty 2 plasterki (7) , Sałata Herbata owocowa	Mus owocowy 1szt	I danie: Zupka pomidorowa z makaronem i natką pietruszki (1,3,9) 250ml, II danie: Ziemniaki puree z koperkiem (7) 150g Kotlet mielony (1,3) 80g, Buraczek z jabłkiem 100g, Kompot
II tydzień			
9.01.2022 Poniedziałek	Chleb mieszany z masłem (1,7), Pasta jajeczna (3) ze szczypiorkiem 30g , Powidła Kakao	Gruszka pieczona z cynamonem i czekoladą	I danie: Kapuśniak z kiszonej kapusty z natką pietruszki (9) 250ml, II danie: Kasza bulgur (1) 150g, Gulasz z łopatki z warzywami 150g (1) Lemoniada z cytryną i miętą
10.01.2022 Wtorek	Chleb mieszany z masłem (1,7), Pasztet drobiowy 30g , Ogórek zielony, Kakao (7)	Kisiel z owocami 150ml	I danie: Zupka grochowa z zieleniną (9) 250ml, II danie: Ziemniaki puree z koperkiem (7) 150g, Kotlet z fileta z kurczaka (1,3) 80g, Sur z kapusty świeżej z marchewką i jabłkiem 100g, Kompot
11.01.2022 Środa czerwona	Kasza manna na mleku(1,7) 150ml, Bułeczka z masłem (1,7) Dżem truskawk. , Pomidor, Herbata malinowa	Koktajl truskawkowy (7) 150ml	I danie: Barszczyk ukraiński z natką pietruszki (7,9) 250ml, II danie: Makaron spaghetti (1,3) 150g, Sos boloński z warzywami (1) 150g, Kompot
12.01.2022 Czwartek	Chleb mieszany z masłem (1,7), Szynka z indyka 2 plasterki , Sałata masłowa, Kawa mleczna (1,7)	Budyń czekoladowy (7) 150ml	I danie: Zupka ogórkowa z koperkiem (1,7,9) 250ml II danie: Ryż 150g, Filet z kurczaka w sosie serowym (1,7) 150g, Buraczek czerwony z jabłkiem z chrzanem 100g, Kompot
13.01.2022 Piątek	Chleb z masłem (1,7), Pasta z makreli ze szczypiorkiem 30g , Ogórek kiszony, Kakao (7)	Murzynek z jabłkami (1,3)	I danie: Zupka z zielonego groszku z makaronem kokardki koperkiem (1,3,7,9) 250ml, II danie: Ziemniaki puree (7) z koperkiem 150g,

			Paluszki rybne z dorsza (1,3,4) 2szt, Sur z kiszzonej kapusty z marchewką 100g, Kompot
III tydzień			
16.01.2022 Poniedziałek	Chleb mieszany z masłem (1,7), Twarożek ze szczypiorkiem (7) 30g , Dżem, Herbata z cytryną	Płatki owiane na mleku z żurawiną (1,7) 150ml	I danie: Zupka gulaszowa z natką (1,9) 250ml, II danie: Placki z jabłkiem (1,3,7) 2szt, Lemoniada
17.01.2022 Wtorek	Chleb z masłem (1,7), Półdwica sopocka 2 plasterki , Sałata, Kawa inka (1,7)	Mandarynka 1szt	I danie: Rosółek z makaronem i zieleniną (1,3,9) 250ml, II danie: Ziemniaki puree z koperkiem (7)150g, Gołąbki z kapustą w środku w sosie pomidorowym (1,3,7) 150g, Kompot
18.01.2022 Środa	Chleb mieszany z masłem (1,7) , Pasta mięsna z natką pietruszki 30g , Ogórek kiszony, Kakao (7)	Kisiel (1) z jabłkiem 150ml	I danie: Zupka ryżowa z zieleniną (1,3,9) 250ml, II danie: Ziemniaki puree z koperkiem (7) 150g, Kotlet schabowy (1,3) 80g, Sur z kapusty kiszzonej z jabłkiem i marchewką 100g, Kompot
19.01.2022 Czwartek	Chleb mieszany z masłem (1,7) Twarożek ze szczypiorkiem (7) 30g , Powidła, Herbata z owocowa	Budyń waniliowy (1,7) 150ml	I danie: Kapuśniak ze świeżej kapusty z pomidorami i zieleniną (1,9) 250ml, II danie: Kasza bulgur (1), Potrawka z kurczaka (1,7) 150g, Marchewka got 100g, Kompot
20.01.2022 Piątek	Chleb mieszany z masłem (1,7), Pasta z rybna (1,3) ze szczypiorkiem 30g , Miód, Kawa inka (1,7)	Ciasto marchewkowe (1,3)	I danie: Zupka jarzynowa z natką pietruszki (1,9) 250ml, II danie: Ziemniaki z koperkiem 150g, Gzik ze szczypiorkiem (7) 200g, Kompot
IV tydzień			
23.01.2022 Poniedziałek	Chleb mieszany z masłem (1,7), Ser żółty(7) 2 plasterki , Pomidor, Herbata z cytryną	Koktajl bananowy z żurawiną 150g	I danie: Zupka ogórkowa z koperkiem (1,7,9) 250ml, II danie: Makaron kokardki (1,3) 150g, Sos pomidorowy z filetem z kurczaka z warzywami (1) 150g, Lemoniada z mięta
24.01.2022 Wtorek	Płatki owsiane na mleku (1,7) Bułeczka z masłem (1,7), Pasta z jajeczna ze szczypiorkiem (3,7) 30g , Herbata owocowa	Gruszka pieczona z cynamonem	I danie: Zupka z soczewicy czerwonej z natką pietruszki (1,9) 250ml, II danie: Ziemniaki z koperkiem 150g, Kotlet mielony (1,3) 80g, Buraczek czerwony z jabłkiem 100g Kompot
25.01.2022 Środa	Chleb mieszany z masłem (1,7) Parówki z drobiowe na ciepło z keczupem 2szt , Papryka, Kawa inka (1,7)	Banan 1szt	I danie: Zupka ziemniaczana zabieleną z natką pietruszki (7,9) 250ml, II danie: Pyzy (1) 150g, Gulasz z łopatki z ogórkiem kiszonym (1) 150g, Kompot
26.01.2022 Czwartek	Chleb mieszany z masłem (1,7) Szynka drobiowa 2 plasterki , Sałata, Kakao (7)	Murzynek z jabłkiem (1,3)	I danie: Zupka pomidorowa z makaronem kuleczki i zieleniną (1,3,9) 250ml, II danie: Ziemniaki z koperkiem 150g, Nugetssy z kurczaka (1,3) 80g, Sur z marchewki z jabłkiem 100g, Kompot
27.01.2021 Piątek	Chleb mieszany z masłem (1,7), Pasta rybna ze szczypiorkiem	Kasza manna (1,7) z	I danie: Zupka meksykańska z natką pietruszki (1,9) 250ml,

	30g, Papryka, Kawa inka (1,7)	owocami 150ml	II danie: Ziemniaki puree z koperkiem (7) 150g, Miruna smażona (1) 80g, Sur z kiszonej kapusty z zieleniną 100g, Kompot
V tydzień			
30.01.2021 Poniedziałek	Chleb mieszany z masłem (1,7), Jajko gotowane (3) , Pomidor, Herbata owocowa	Budyń czekoladowy (7) 150ml	I danie: Zupka grochowa z natką pietruszki (1,9) 250ml II danie: Kasza bulgur (1) 150g, Pulpeciki w sosie pomidorowym (1,3) 150g, Marchewka duszona 100g, Woda z cytryną
31.01.2021 Wtorek	Chleb mieszany z masłem (1,7), Polędwica sopocka 1plasterek , Sałatka jarzynowa, Kakao (7)	Banan 1szt	I danie: Zupka ziemniaczano szparagowa z natką pietruszki (7,9) 250ml II danie: Naleśniki z serkiem waniliowym (1,3,7), Kompot

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