

Jadłospis na MARZEC 2023

Dzień	Śniadanie	II śniadanie	Obiad
I tydzień			
1.03.2023 Środa	Chleb mieszany z masłem (1,7), Twarożek ze szczypiorkiem (7) 30g, Powidła, Mięta	Jabłko 1szt chrupki kukurydziane	I danie: Rosół z makaronem (1,3,9) 250ml, II danie: Ziemniaki puree (7) 150g, Kotlet z fileta kurczaka(1,3) 1szt, Sur z kapusty białej z marchewką i zielenią, Kompot
2.03.2023 Czwartek	Chleb mieszany z masłem (1,7), Pasta mięsna z kielkami , Dżem, Kakao	Kisiel owocowy 150ml	I danie: Krem z białych warzyw (7,9) 250ml z grzankami, II danie: Makaron spaghetti (1,3) 150g, Sos boloński z warzywami (1) 150g, Kompot
3.03.2023 Piątek	Chleb z masłem (1,7), Ser żółty (7) 1 plasterek , Sałatka jarzynowa, Kakao (7)	Murzynek z jabłkami (1,3)	I danie: Zupka pomidorowa z ryżem (7,9) 250ml, II danie: Ziemniaki puree (7) 150g, Paluszki rybne (1,4) 2szt, Sur z kapusty z marchewką 100g, Kompot
II tydzień			
6.03.2023 Poniedziałek	Chleb mieszany z masłem (1,7), Parówka z szynki z ketchupem 2szt , Ogórek zielony, Herbata z cytryną	Jogurt owocowy (7) 1szt	I danie: Zupka jarzynowa (7,9) 250ml, II danie: Pyzy (1) 2 szt, Gulasz z łopatki z ogórkiem kiszonym (1) 150g Lemoniada z cytryną i mięta
7.03.2023 Wtorek	Chleb mieszany z masłem (1,7), Jajecznica ze szczypiorkiem (3) 80g, Pomidor, Kakao (7)	Drożdżówka (1,3,7) – 1 szt	I danie: Zupka ryżowa (9) 250ml, II danie: Ziemniaki puree (7) 150g, Kotlet mielony (1,3) 1szt, Buraczek z jabłkiem 100g, Kompot
8.03.2023 Środa zielona	Płatki kukurydziane na mleku (7) 150ml, Bułeczka z masłem (1,7) Twarożek z rzodkiewką (7) 30g , Mięta	Zielona galaretką 150ml	I danie: Zupka ogórkowa (7,9) 250ml II danie: Ziemniaki puree (7) 150 g, Nuggetsy z kurczaka (1,7) 2 szt, Surówka z zielonych warzyw 100 g, Kompot
9.03.2023 Czwartek	Chleb z masłem (1,7), Szynka drobiowa 2 plasterki , Sałata, Kakao (7)	Banan 1szt, Ciasteczko biszkoptowe 1 szt	I danie: Zupka gulaszowa (9) 250ml II danie: Placki z jabłkiem i cukrem pudrem (1,3,7) 2szt Kompot
10.03.2023 Piątek	Chleb z masłem (1,7), Pasta makreli ze szczypiorkiem (3,4) 30g, Ogórek kiszony, Kawa inka (1,7)	Ciasto czekoladowe (1,3,7)	I danie: Zupka grochowa (1,9) 250ml, II danie: Ziemniaki 150g, Gzik ze szczypiorkiem (7) 200g Kompot
III tydzień			
13.03.2023 Poniedziałek	Chleb mieszany z masłem (1,7), Pasztet drobiowy 30g , Papryka, Herbata z cytryną	Mus owocowy 1szt	I danie: Kapuśniaczek ze słodkiej kapusty z pomidorami (9) 250ml, II danie: Ryż (1,3) 150g, Pulpecik w sosie koperkowym (1,3,7) 1szt, Bukiet warzyw gotowanych 100g, Lemoniada
14.03.2023 Wtorek	Chleb z masłem (1,7), Ser żółty 2 plasterki (7) , ogórek	Piernik z polewą	I danie: Krupnik (1,9) 250ml, II danie: Ziemniaki puree z koperkiem (7)150g,

	zielony, Kawa inka (1,7)	czekoladową (1,3,7)	Kotlet z fileta z kurczaka (1,3) 1szt, Sur z czerwonej kapusty 100g Kompot
15.03.2023 Środa	Chleb mieszany z masłem (1,7), Jajecznica ze szczypiorkiem (3) 80g , Pomidor, Kakao (7)	Kasza manna (1,7) z musem owocowym 150ml	I danie: Rosół z makaronem (1,3,9) 250ml, II danie: Ziemniaki puree (7) 150g, Udziec z kurczaka pieczony 1szt, Buraczek z jabłkiem 100g, Kompot
16.03.2023 Czwartek	Chleb mieszany z masłem (1,7) Pasta mięsna z natką pietruszki 30g , Ogórek kiszony, Dżem, Kawa inka (1,7)	Budyń waniliowy z sokiem (1,7) 150ml	I danie: Zupka kalafiorowa (7,9) 250ml, II danie: Kasza bulgur (1) 150 g, Gulasz z łopatkami z warzywami (1) 150g, Kompot
17.03.2023 Piątek	Chleb mieszany z masłem (1,7), Ser żółty(7) 2 plasterki , Sałata, Herbata owocowa	Jabłko 1szt Ciasteczka kokosanki 1 szt	I danie: Zupka pomidorowa z makaronem (1,3,9) 250ml, II danie: Ziemniaki puree (7) 150g, Miruna smażona (1,3,4) 1szt, Sur z kapusty, marchewki i jabłka 100g, Kompot
IV tydzień			
20.03.2023 Poniedziałek	Chleb mieszany z masłem (1,7), Polędwica sopocka 2 plasterki Sałata, Herbata z cytryną	Koktajl bananowo szpinakowy (7) 150g	I danie: Zupka z czerwonej soczewicy (9) 250ml, II danie: Makaron kokardki (1,3) 150g, Kapusta kiszona z kiełbaską 150g, Lemoniada z miętą
21.03.2023 Wtorek	Chleb mieszany z masłem (1,7), Jajecznica ze szczypiorkiem (3) 80g , Papryka, Kakao (7)	Pizzerinki (1) 1 szt	I danie: Zupka ziemniaczana (7,9) 250ml, II danie: Ryż 150g, Filet z indyka w sosie śmietanowym z marchewką i brokułem (1,7) 150g, Kompot
22.03.2023 Środa	Chleb mieszany z masłem (1,7), Twarożek ze szczypiorkiem (7) 30g , Dżem, Kawa inka (1,7)	Jabłko 1szt, wafle ryżowe	I danie: Zupka grysikowa (1,9) 250ml, II danie: Ziemniaki puree (7) 150g, Kotlet schabowy (1,3) 1szt, Sur z białej rzodkwi z marchewki z jabłkiem (7) 100g, Kompot
23.03.2023 Czwartek	Chleb mieszany z masłem (1,7) Parówki na ciepło z ketchupem , Ogórek zielony, Kakao (7)	Budyń czekoladowy (1,7) 150ml	I danie: Zupka jarzynowa (7,9) 250ml, II danie: Makaron (1,3) 150g, Jajko gotowane- 1 szt, Sos pomidorowy (1,3,7), Kompot
24.03.2023 Piątek	Chleb z masłem (1,7), Pasta z makreli ze szczypiorkiem 30g , Ogórek kiszony, Kakao (7)	Murzynek z jabłkami (1,3)	I danie: Zupka grochowa (9) 250ml, II danie: Ziemniaki 150g, Gzik ze szczypiorkiem (7) 200g , Kompot
V tydzień			
27.03.2023 Poniedziałek	Chleb mieszany z masłem (1,7), Ser żółty (7) 2 plasterki , Pomidor, Kawa mleczna (1,7)	Kisiel owocowy 150ml	I danie: Zupka ryżowa (9) 250ml II danie: Makaron spaghetti (1,3) 150g, Sos boloński z warzywami (1) 150g, Woda z cytryną
28.03.2023 Wtorek	Kaszka manna z sokiem na ml (1,7), Bułeczka z masłem (1,7), Jajko gotowane (3) 1szt , herbata miętowa	Banan 1szt, ciastko (1,3) 1szt	I danie: Kapuśniaczek z kiszonej kapusty (9) 250ml, II danie: Ziemniaki puree (7) 150g, Kotlet mielony (1,3) 1szt, Buraczek gotowany 100g, Kompot

29.03.2023 Środa	Chleb mieszany z masłem (1,7), Twarożek ze szczypiorkiem (7) 30g, Papryka , Kakao (7)	Drożdżówki z serkiem (1,3,7) 1szt	I danie: Zupka pomidorowa z makaronem (1,3) 250ml II danie: Kasza bulgur (1) 150g, Strogonoff z mięsem drobiowym i warzywami (1) 150g, Kompot
30.03.2023 Czwartek	Chleb mieszany z masłem (1,7), Szynka z indyka 1 plasterek, Sałatka jarzynowa, Kawa inka (1,7)	Budyń waniliowy z sokiem (1,7) 150ml	I danie: Zupka ogórkowa (7,9) 250ml II danie: Ziemniaki 150g, Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (1,3,7) 1szt Kompot
31.03.2023 Piątek	Płatki kukurydziane z mlekiem (1,7), Bułeczka z masłem (1,7), Powidła, Herbata z cytryną	Galaretka kolorowa 150g	I danie: Zupka kalafiorowa (7,9) 250ml, II danie: Ziemniaki puree (7) 150g, Miruna smażona (1,4) 1szt, Gotowana marchewka 100g 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