

Jadłospis 15.07.19-31.07.19



PONIEDZIAŁEK 15.07.2019

Śniadanie:

Bułki i chleb słonecznikowy z masłem 7g , krakowska sucha 10g, ser żółty 10g, zielona sałata, pomidor, ogórek, herbata owocowa z miodem i cytryną 200ml

II śniadanie- mleko 250ml

Alergeny: mleko, gorczyca, gluten

Obiad:

Zupa ogórkowa z ryżem i śmietaną na wyw.mięsno- warzywnym 250ml

Raczkki 80g , ziemniaki puree 150g, fasolka szparagowa okraszona masłem i bułką tartą 70 g, woda 200/ 330ml

Alergeny: seler, mleko

Podwieczorek:

Tosty z serem i szynką , ketchup, herbata owocowa 200ml , woda

Alergeny; gluten, mleko

WTOREK 16.07.2019

Śniadanie:

Bułki i chleb graham z masłem 7g, szynka wieprzowa 10g , zielona sałata, pomidor, ogórek, herbata owocowa z miodem 200ml, mleko 150ml

II śniadanie- arbuz

Alergeny: gluten, mleko

Obiad:

Rosół z makaronem zacierka i natką pietruszki na wywarze mięsno-warzywnym 250ml

Kotlet drobiowy w panierce 80g, ziemniaki puree z masłem 150g, kapusta pekińska z koperkiem, papryką i ogórkiem 70g, kompot wieloowocowy-200ml

Alergeny: seler, soja

Podwieczorek:

Koktajl truskawkowy na maśle 180ml, woda

Alergeny; mleko

ŚRODA 17.07.2019

Śniadanie:

Bułki i chleb pszenno-żytni z masłem 7g, szynka drobiowa 10g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200ml , ogórek zielony, herbata malinowa z miodem i cytryną 200ml

II śniadanie- actimel

Alergeny: mleko, soja, gluten

Obiad:

Zupa- krem z cukini z groszkiem ptysiowym na wywarze warzywnym 250ml
Kluski śląskie 150 g ,gulasz z szynki 80g, kapusta czerwona gotowana z dodatkiem
cebulki i jabłka 70g, kompot wieloowocowy 200ml

Alergeny: soja, seler

Podwieczorek:

Mus owocowy 100ml , chrupki kukurydziane, woda

Alergeny; gluten

CZWARTEK 18.07.2019

Śniadanie:

Bułki maślane i pszenne, chleb żytni pełnoziarnisty z masłem 7g, szynka wieprzowa
10g, zielona sałata ,pomidor , herbata z miodem i cytryną 200ml

II śniadanie- Serek waniliowy 150g

Alergeny: gluten

Obiad:

Zupa pomidorowa z makaronem gwiazdki na wywarze mięsno-warzywnym 250ml

Pierogi z serem okraszone masełkiem i cukrem 250g, soczek 100%- 200ml

Alergeny: seler, gluten, jaja

Podwieczorek:

Mleko 250ml i oblaty śląskie, woda

Alergeny; mleko

PIATEK 19.07.2019

Śniadanie:

Bułki i chleb pszenno- żytni z masłem 7g , pasta z tuńczyka i jajka 10g , ser żółty
5g, papryka czerwona, sałata zielona, herbata z cytryną i miodem 200 ml

II śniadanie- mleko 150ml

Alergeny: ryba, jaja, gluten

Obiad:

Zupa kalafiorowa z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym 250ml

Makaron świderki z cukrem i masełkiem 250g , serek waniliowy 1/2 szt., borówki 20g,
soczek 100% - 200ml

Alergeny: gluten, seler, jaja

Podwieczorek:

Danonek 1 szt., jabłko, woda

Alergeny; mleko

PONIEDZIAŁEK 22.07.2019

Śniadanie:

Bułki i chleb słonecznikowy z masłem 7g , pasztet dworski 20g , ser żółty 10g,
zielona sałata, pomidor ,herbata wieloowocowa z miodem 200 ml

II śniadanie- mleko 200ml, woda

Alergeny: gorczyca, gluten



Obiad:

Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze mięsny 250ml

Spaghetti z sosem pomidorowo- mięsny 250g

Sok jabłkowy 100%- 200 ml

Alergeny: jaja, gluten, seler, gorczyca

Podwieczorek:

Budyń waniliowy z biszkoptem 2 szt., woda

Alergeny; jaja, mleko

WTOREK 23.07.2019

Śniadanie:

Bułki i chleb pszenno-żytni z masłem 7g, szynka wieprzowa 10g , pomidor, zielona

sałata , dżem 5g, zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 ml

herbata z cytryną i miodem 200ml

II śniadanie- nektarynka

Alergeny: gluten, soja, mleko

Obiad:

Rosół z makaronem nitki na wywarze mięsny z jarzynami 250 ml

Ziemniaki puree z koperkiem 200g, kotlety schabowe 80g , mizeria ze śmietaną

70g, kompot jabłkowy 200 ml

Alergeny: seler, gorczyca, mleko

Podwieczorek:

Rogal maślany z masłem i kakao 200ml

Alergeny; gluten, jaja, mleko

ŚRODA 24.07.2019

Śniadanie:

Bułki i chleb z masłem 7g, parówki z szynki 30g z ketchupem , papryka czerwona, ogórek zielony, herbata z cytryną i miodem 200 ml

II śniadanie- mleko 250ml

Alergeny: gorczyca, soja, gluten

Obiad:

Zupa fasolowa z ziemniakami i koncentratem pomidorowym 250 ml

Ryż na mleku z sosem truskawkowym 200g, kompot jabłkowy 200ml

Alergeny: soja, seler, mleko

Podwieczorek:

Kanapki z masłem 7g, szynką drobiową 10g, sałata zielona, pomidor, herbata owocowa 200ml , woda

Alergeny ; gluten

CZWARTEK 25.07.2019

Śniadanie:

Bułki i chleb z masłem 7g, jajko na twardo ze szczypiorkiem 20g , ser żółty 5g ,

zielona sałata, pomidor, herbata owocowa z cytryną i miodem 200ml, mleko 150ml

II śniadanie- koktajl truskawkowy na maślanie 150ml

Alergeny: jaja, mleko

Obiad:

Zupa – krem z brokułów z groszkiem ptysiowym na wywarze mięsno - warzywnym 250 ml

Kasza mazurska 150g, gulasz wieprzowy 100g , ogórek kwaszony 70g, woda 200ml

Alergeny: seler, gluten

Podwieczorek:

Kisiel cytrynowy 200ml, biszkopty, woda

Alergeny: jaja, mleko

PIĄTEK 26.07.2019

Śniadanie:

Bułki i chleb pszenno-żytni z masłem 7g , ser żółty 10g, kiełbasa krakowska sucha, papryka czerwona, ogórek zielony, -herbata z cytryną i miodem 200 ml

II śniadanie-jabłko

Alergeny: gorczyca, mleko, gluten

Obiad:

Krupnik z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym 250ml

Naleśniki z serem i dżemem 300g

Soczek 100%- 200 ml

Alergeny: seler, gluten, mleko, jaja

Podwieczorek:

Jogurt naturalny z owocami 150g i chrupki kukurydziane

Alergeny; mleko, soja

PONIEDZIAŁEK 29.07.2019

Śniadanie:

Bułki i chleb słonecznikowy z masłem 7g , krakowska sucha 10g, ser żółty 10g, zielona sałata, pomidor , ogórek zielony, herbata owocowa z miodem i cytryną 200ml

II śniadanie- kiwi

Alergeny: gluten, mleko, gorczyca

Obiad:

Krupnik jaglany na wywarze mięsno-warzywnym 250ml

Ziemniaki puree 200 g , kotlety mielone -wieprzowe 80g, ogórek małosolny 50g, soczek 100%- 200ml

Alergeny: gorczyca, soja, seler, mleko

Podwieczorek:

Kaszka manna z cynamonem i masłem na mleku 150ml, biszkopty- 2 szt., woda

Alergeny: gluten, jaja, mleko

WTOREK 30.07.2019

Śniadanie:

Bułki i chleb z masłem 7g, szynka wieprzowa 10g ,zielona sałata , pomidor koktajlowy, cukinia , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200ml, herbata owocowa z miodem i cytryną 200ml

II śniadanie- winogrona

Alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca

Obiad:

Zupa cebulowa z makaronem świderki na wywarze mięsno-warzywnym 250ml,
Biała pieczeń 80g, ziemniaki puree 200g, kapusta kwaszona –gotowana 70g, kompot
wielowocowy 200ml

Alergeny: gluten, jaja, seler

Podwieczorek:

Danonki 2 szt , chrupki kukurydziane, woda

Alergeny: mleko

ŚRODA 31.07.2019

Śniadanie:

Bułki i chleb pszenno-żytni z masłem 7g, szynka drobiowa 15g , papryka czerwona,
pasta z tuńczyka i jajka 7g, ogórek małosolny, herbata malinowa z miodem i cytryną
200ml

II śniadanie- banan ½ szt

Alergeny: ryba, gluten, jaja

Obiad:

Barszcz biały z ziemniakami i kielbasą na wywarze mięsno-warzywnym 250ml

Pierogi ruskie okraszone masłem 250g , soczek 100%

Alergeny: seler, mleko, jaja

Podwieczorek:

Bułka maślana z masłem i z dżemem, kakao 150ml, woda

Alergeny; gluten, jaja



INTENDENT

DYREKTOR