

# JADŁOSPIS 28.10-31.10.2024

## PODSTAWOWA

Poniedziałek 28.10	Wtorek 29.10	Środa 30.10	Czwartek 31.10
<b>Śniadanie</b>			
<p>bułka kajzerka – 55 g                      pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50 g                      masło - 10 g                      papryka – 30 g</p> <p><b>(gluten, mleko, sezam, orzechy arachidowe, jaja)</b></p> <p>herbata owocowa 200 ml</p>	<p>chleb pszenno-żytni – 2 kromki                      mus drobiowy – 50 g                      masło - 10 g                      pomidor – 30 g</p> <p><b>(gluten, mleko, gorczyca, jaja)</b></p> <p>herbata czarna 200 ml</p>	<p>chleb pszenno-żytni – 2 kromki                      wędlina wieprzowa – 30 g                      masło - 10 g                      ogórek – 30 g</p> <p><b>(gluten, mleko, gorczyca, seler, soja)</b></p> <p>kawa zbożowa 200 ml  <b>(gluten, mleko)</b></p>	<p>chleb żytni razowy – 2 kromki                      ser żółty – 30 g                      masło - 10 g                      sałata – 20 g</p> <p><b>(gluten, mleko, śladowe ilości orzechy, sezam)</b></p> <p>herbata czarna 200 ml</p>
<b>Obiad</b>			
<p>krupnik jęczmienny - 250 ml                      chleb pszenno-żytni – 30 g  <b>(gluten, seler, gorczyca)</b></p> <p>zapiekanka ziemniaczana z warzywami i serem żółtym i mięsem z indyka – 200 g  <b>(mleko, gluten, jaja)</b></p> <p>kompot wieloowocowy 200 ml</p>	<p>rosół - 250 ml  <b>(gluten, seler, jaja)</b></p> <p>kotlet z piersi kurczaka – 80 g                      ziemniak – 150 g                      surówka z pora – 70 g  <b>(gluten, jaja, gorczyca)</b></p> <p>kompot wiśniowy 200 ml</p>	<p>kalafiorowa – 250 ml                      chleb pszenno-żytni – 30 g  <b>(gluten, seler, gorczyca, mleko)</b></p> <p>pulpet wieprzowo w sosie chrzanowym – 100 g                      kasza gryczana – 70 g                      surówka szwedzka – 70g  <b>(jaja, gluten, mleko, gorczyca)</b></p> <p>kompot porzeczkowy 200 ml</p>	<p>zupa jarzynowa z pomidorami -250 ml                      chleb pszenno-żytni – 30 g  <b>(gluten, seler, gorczyca)</b></p> <p>pyzy ziemniaczane z sosem warzywnym –200 g  <b>(jaja, mleko)</b></p> <p>kompot truskawkowy 200 ml</p>
<b>Podwieczorek</b>			
<p>koktajl brzoskwinia-banan – 150 g                      wafel kukurydziany- 1 szt.  <b>(mleko)</b></p>	<p>gofr z pudrem i owocami – 1 szt.  <b>(jaja, gluten, łubin)</b></p>	<p>chałka – 40 g                      miód – 10 g  <b>(mleko, jaja, gluten)</b></p>	<p>muffinka – 80 g  <b>(mleko, gluten, jaja)</b></p>

Poniedziałek 28.10	Wtorek 29.10	Środa 30.10	Czwartek 31.10
<b>Śniadanie</b>			
<p><u>(mąka pszenna, woda, drożdże, olej roślinny (rzepakowy), sól, cukier, odtłuszczone mleko w proszku, bezwodny tłuszcz mleczny, mąka ze słoju pszennego, gluten pszenny, dekstroza, mąka ze słoju jęczmiennego, środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy)</u></p> <p>[<u>jajko, majonez- olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, gorczyca, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka jaj kurzych</u>]</p> <p>(83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>)</p> <p>papryka</p> <p>(herbata czarna, aromat, truskawka (0,9%), malina (0,6%), czerwona porzeczka (0,6%), jeżyna (0,3%), wiśnia (0,3%))</p>	<p><u>[mąka pszenna, zakwas żytni (mąka żytnia, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słoju jęczmiennego, mąka żytnia, sól, gluten pszenny, kwas askorbinowy, może zawierać gorczyce]</u></p> <p>[mięso drobiowe, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, <u>gorczyca</u>, cukier, sól, przyprawy), woda, <u>żółtka jaj kurzych</u>), marchew, sól, pieprz]</p> <p>(83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>)</p> <p>pomidor</p> <p>(woda, herbata czarna)</p>	<p><u>[mąka pszenna, zakwas żytni (mąka żytnia, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słoju jęczmiennego, mąka żytnia, sól, gluten pszenny, kwas askorbinowy, może zawierać gorczyce]</u></p> <p>(mięso wieprzowe, woda, <u>białko sojowe</u>, sól, stabilizator, sacharoza, <u>laktoza</u>, hydrolizat białka roślinnego, przeciwutleniacz, <u>seler</u>)</p> <p>(83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>)</p> <p>ogórek</p> <p>(mleko pasteryzowane, mikrofiltrowane, świeże, zawartość tłuszczu 2%, kawa inka (<u>zboża 72%</u>, <u>jęczmień, żyto</u>, cykorcia, burak cukrowy - prażone)</p>	<p><u>(mąka żytnia, zakwas naturalny, otręby pszenne, mąka pszenna, woda, drożdże, sól, może zawierać śladowe ilości sezamu i orzechów arachidowych)</u></p> <p>(<u>mleko pasteryzowane</u>, sól spożywcza, stabilizator; chlorek wapnia, kultury bakterii mlekowych, podpuszczka mikrobiologiczna)</p> <p>(83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>)</p> <p>sałata</p> <p>(woda, herbata czarna)</p>
<b>Obiad</b>			

<p>[woda, ziemniaki, <u>kasza jęczmienna</u>, marchew, cebula, pietruszka, <u>seler</u>, pieprz, koperek, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)]</p> <p>[<u>mąka pszenna</u>, <u>zakwas żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, <u>gluten pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>]</p> <p>[ziemniak, marchew, fasola szparagowa, mięso z indyka, kalafior, ser żółty (<u>mleko pasteryzowane</u>, sól spożywcza, stabilizator; chlorek wapnia, kultury bakterii <u>mlekowych</u>, <u>podpuszczka</u> mikrobiologiczna)]</p> <p>(woda, śliwka, czarna porzeczka, jabłko, truskawka, wiśnia mrożone)</p>	<p>[woda, udko z kurczaka, makaron (<u>mąka pszenna</u>, semolina, może zawierać <u>jaja</u>), marchew, cebula, pietruszka, por, <u>seler</u>, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)]</p> <p>[pierś z kurczaka, cebula, <u>jaja</u>, <u>bułka</u> tarta (<u>mąka pszenna</u>, sól, drożdże), sól, pieprz]</p> <p>ziemniak</p> <p>(kapusta biała, majonez (olej rzepakowy, woda, <u>żółtka jaj</u>, musztarda- zawiera <u>gorczyce</u>, cukier), por, cukier, sól, pieprz czarny, regulator kwasowości)</p> <p>(woda, wiśnia mrożona, cukier)</p>	<p>[woda, ziemniaki, kalafior, marchew, cebula, <u>śmietana 12%</u>, (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych, koperek, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)]</p> <p>[<u>mąka pszenna</u>, <u>zakwas żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>]</p> <p>[mięso mielone wieprzowe z szynki , <u>jajko</u>, bułka (<u>mąka pszenna</u>, sól, drożdże), <u>śmietana 12%</u> (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych, sól), czosnek, chrzan, <u>mąka pszenna</u>, sól, pieprz), oregano]</p> <p>kasza gryczana</p> <p>(ogórki kiszone, marchew, woda, cukier, sól, <u>gorczyca</u>)</p> <p>(woda, czarna porzeczka, truskawka, malina mrożone)</p>	<p>[woda, kalafior, marchew, ziemniak, brokuł, fasola szparagowa, <u>seler</u>, por, pomidor, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)]</p> <p>[<u>mąka pszenna</u>, <u>zakwas żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, <u>gluten pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>]</p> <p>(ziemniak, mąka ziemniaczana, <u>jajko</u>, <u>śmietana 12%</u> (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych, sól), cukinia, marchewka, por, pietruszka, <u>mąka pszenna</u>, sól, pieprz)</p> <p>(woda, truskawka mrożona)</p>
<p><b>Podwieczorek</b></p>			

<p>[[<u>jogurty naturalny - mleko pasteryzowane</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych, brzoskwinia, banan]]</p> <p>(kukurydza pełnoziarnista, grys kukurydziany, sól morska)</p>	<p>(<u>jaja</u>, cukier, <u>mąka pszenna</u>, olej rzepakowy, tłuszcz roślinny, <u>mąka tulinowa</u>, sól), mandarynka, kiwi</p>	<p>(mąka pszenna, woda, cukier, jaja, masło, drożdże, sól środek do przetwarzania mąki (kwas askorbinowy)), miód</p>	<p>(<u>mąka</u>, <u>jaja</u>, cukier, <u>mleko</u>, olej, <u>kakao</u>, pdp)</p>
---	--	--	--