

Jadłospis

Dzień: 1 - Poniedziałek, 2021-10-11

I śniadanie

1. **Kawa inka 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
2. **Bulka sojowa i kajzerka 50.00g (Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne) z masłem (z mleka)**
3. **Szynka od zawsze 20.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, Nasiona sezamu i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
4. **Papryka czerwona 20.00g, Kiełki rzodkiewki 6.00g, Sałata 5.00g**

obiad

1. **Zupa z fasolki szparagowej (odtłuszczona) 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. **Sok owocowy 100 % 200.00g**

II śniadanie

1. **Makaron pełnoziarnisty z serem, kukurydzą i piersią kurczaka 250.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
2. **Jabłko 130.00g**
3. **Kompot z truskawką 200.00g**

Dzień: 2 - Wtorek, 2021-10-12

I śniadanie

1. **Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 2% 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Pieczywo pszenno-żytnie 50.00g (Zboża zawierające gluten)**
3. **Masło polskie mlekovita 5.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. **Sałata 10.00g**
5. **Herbata owocowa 200.00g**
6. **Schab na jasno wędzony 20.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
7. **Ogórek 20 g, pomidorek cherry luz 20.00g**

obiad

1. **Zupka włoska 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. **Owoc sezonowy 80.00g**

II śniadanie

1. **Gulasz z indyka 150.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. **Kasza kuskus 80.00g (Zboża zawierające gluten)**
3. **Kompot z owoców mieszanych 200.00g, Surówka z marchwi i jabłek z jogurtem 130.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**

Dzień: 3 - Środa, 2021-10-13

I śniadanie

1. Herbata rooibons 200.00g
2. **Bulka kukurydziana z dynią i kajzerka 50.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) z masłem (z mleka)**
3. **Ser żółty gouda 20.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. Pomidor 20.00g
5. Sałata 5.00g
6. **Kielbasa krakowska sucha 20.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**

obiad

1. **Zupka - krupniczek ryżowy 200.00g (Seler i produkty pochodne)**
2. **Bulka wrocławska z serem 20.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
3. Owoc sezonowy 80.00g

II śniadanie

1. Udko z kurczaka pieczone 100.00g
2. **Salata zielona z sosem jogurtowym i ogórkiem 100.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem 130.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. Kompot z owoców mieszanych 200.00g

Dzień: 4 - Czwartek, 2021-10-14

I śniadanie

1. **Kakao naturalne na mleku 2% 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Bulki mieszane z ziarnami 50.00g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)**
3. **Masło polskie mlekovita 5.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. **Polędwica z kurcząt 20.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Gorczyca i produkty pochodne)**
5. Ogórek 40.00g, Sałata 10.00g
6. **Jaja gotowane 30.00g (Jaja i produkty pochodne)**
7. Herbata rumiankowa 150.00g

obiad

1. **Barszcz czerwony zabieleny z wkladką mięsną i ziemniakami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)**
2. Owoc sezonowy 120.00g

II śniadanie

1. **Naleśniki 100.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. Dżem łowicz 100% brzoskwinia 20.00g
3. **Sos jogurtowo-jagodowy 150.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. Banan 90.00g

Dzień: 5 - Piątek, 2021-10-15

I śniadanie

1. Herbata owocowa 200.00g
2. **Bulki mieszane z ziarnami 50.00g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne) z masłem (z mleka)**
3. **Twarożek 30.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. **Filet z indyka 20.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Soja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
5. Pomidor 40.00g
6. Sałata 5.00g

obiad

1. **Zupka amerykanka 200.00g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)**
2. **Mus z jogurtem 80.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**

II śniadanie

1. **Miruna smażona 80.00g (Jaja i produkty pochodne, Ryba, Zboża zawierające gluten, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. **Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem 100.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. Surówka z kapusty kiszanej 130.00g
4. Kompot z truskawką 200.00g

Dzień: 6 - Poniedziałek, 2021-10-18

I śniadanie

1. **Kakao naturalne na mleku 2% z cukrem 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Bulki mieszane z ziarnami 50.00g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne) z masłem 5.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Szynka juhasówka 20.00g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne, Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, Nasiona sezamu i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
4. Pomidor 20.00g, Sałata 6g ,Ogórek 20.00g

obiad

1. **Zupa brokułowa zabieleną 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)**
2. **Baton smart sante 25.00g (Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, Nasiona sezamu i produkty pochodne)**

II śniadanie

1. **Bananowe placuszki 100.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. **Sos jogurtowo- truskawkowy 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**

Dzień: 7 - Wtorek, 2021-10-19

I śniadanie

1. Ser gouda z dziurami mlekovita 20.00g (Mleko, łącznie z laktozą)
2. Bułki mieszane z ziarnami 50.00g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne)
3. Masło polskie 5.00g (Mleko, łącznie z laktozą)
4. Szynka wieprzowa 20.00g (Soja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne)
5. Pomidor 40.00g ,Sałata 5.00g
6. Herbata z miodem i imbirem 200.00g

obiad

1. Zupka ogórkowa 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne, Mleko, bez laktozy)
2. Ciasteczka owsiane z żurawiną sante 40.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)

II śniadanie

1. Risotto z kurczakiem, serem i warzywami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne)
2. Kompot owocowy z porzeczką czarną 200.00g

Dzień: 8 - Środa, 2021-10-20

I śniadanie

1. Bułki mieszane z ziarnami 50.00g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne) z masłem (z mleka)
2. Ser żółty gouda 10.00g (Mleko, łącznie z laktozą)
3. Filet bez wędzenia 20.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Ryba, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)
4. Papryka czerwona 40.00g ,Ogórek 40.00g, Sałata 10.00g
5. Herbata owocowa 150.00g
6. Owsianka z ziarnem, rodzynekami i miodem na mleku 2% 150.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) Kakao naturalne na mleku 2% 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą)

obiad

1. Zupka kalafiorowa z indykiem 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne)
2. Owoc sezonowy 130.00g

II śniadanie

1. Pulpeciki mieszane w sosie śmietanowo-koperkowym 150.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Dwutlenek siarki i siarczyny)
2. Kasza bulgur 80.00g (Zboża zawierające gluten)
3. Kompot z truskawką 200.00g
4. Marchewka z groszkiem. gotowana 100.00g (Zboża zawierające gluten)

Dzień: 9 - Czwartek, 2021-10-21

I śniadanie

1. Kakao naturalne na mleku 2% 200g
2. **Pieczywo pszenno-żytnie 50.00g (Zboża zawierające gluten) z masłem 5.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Jaja gotowane z sosem jogurtowo - zielonym 50.00g (Jaja i produkty pochodne)**
4. **Ser gouda z dziurami 10.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
5. Pomidor (20g), ogórek 20g

obiad

1. **Zupa pieczarkowa z makaronem i wkładką mięsną zabieleną 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)**
2. Owoc sezonowy 100.00g

II śniadanie

1. **Sos mięsno-warzywny 100.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. **Lunch mix 90.00g (Zboża zawierające gluten)**
3. Kompot owocowy z porzeczką czarną 200.00g

Dzień: 10 - Piątek, 2021-10-22

I śniadanie

1. **Bulki mieszane z ziarnami 50.00g (Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne) z masłem (z mleka)**
2. **Ser gouda 20.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. Papryka żółta 20.00g
4. Pomidorek cherry 20.00g
5. Herbata miętowa 200.00g
6. **Filet gotowany z kurczaka 20.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Soja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne)**

II śniadanie

1. **Zupa pomidorowa na indyku z ryżem 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne)**
2. Owoc sezonowy 80.00g

obiad

1. **Ryba w cieście 100.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Ryba, Zboża zawierające gluten, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. **Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem 100.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. Surówka z ogórków kiszonych z marchewką i cebulką 130.00g
4. Kompot owocowy z porzeczką czarną 200.00g