

# Jadłospis

Dzień: 1 - Poniedziałek, 2022-04-25

## II śniadanie

1. **Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru 200g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Pieczywo mieszane 50g (Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne) z masłem 5g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. Sałata 2g , pomidor 20g ,Ogórek 10g
4. **Polędwica z kurcząt 20g (Mleko, łącznie z laktozą, Gorczyca i produkty pochodne)**

## obiad

1. **Zupa pomidorowa na indyku z ryżem 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne)**

1. **Tęczowe naleśniki 160g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. Dżem 100% truskawka i brzoskwinia 30g
3. **Mleko 2% 150g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. Owoc 100g

Dzień: 2 - Wtorek, 2022-04-26

## I śniadanie

1. **Kluski lane na mleku 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. **Pieczywo mieszane z masłem 5g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Ser żółty 20g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. Sałata 10g, ogórek 10g
5. Herbata melisa z pomarańczą 150g

## II śniadanie

1. **Zupka koperkowa 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)**
2. Owoc 130g

## obiad

1. **Gulasz wieprzowy z kaszą jęczmienno-gryczaną 180.00g (Zboża zawierające gluten, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. **Surówka z marchewki i pora z jogurtem 100.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Kompot z owoców mieszanych 150g**

**Dzień: 3 - Środa, 2022-04-27**

**I śniadanie**

1. **Pieczywo pszenno-żytnie 50g (Zboża zawierające gluten) z masłem 5g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Schab na jasno wędzony 10.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
3. Sałata 5g , papryka czerwona 10g
4. **Ser żółty 10.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
5. Herbata rumiankowa 150g

**II śniadanie**

1. **Rosół z dużą ilością warzyw i makaronem nitki 200.00g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)**
2. **Mus z jogurtem 80.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**

**obiad**

1. **Pierogi ruskie 180.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora i ogórka 100.00g
3. Kompot owocowy z porzeczką czarną 200.00g

**Dzień: 4 - Czwartek, 2022-04-28**

**I śniadanie**

1. **Kakao naturalne na mleku 2% 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Bułki mieszane z masłem 55g (Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne, mleko)**
3. **Jajecznica ze szczypiorkiem 70g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne)**
4. Rzodkiewka 5g Ogórek kwaszony 10g
5. **Wędlina wieprzowa 10.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**

**II śniadanie**

1. **Krupnik jęczmienny na mięsie drobiowym z warzywami 200.00g (Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne)**
2. Chrupki kukurydziane 15g

**obiad**

1. **Makaron pełnoziarnisty z serem żółtym, kukurydzą i piersią kurczaka 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
2. Kompot z owoców mieszanych 150g

**Dzień: 5 - Piątek, 2022-04-29**

**I śniadanie**

1. **Kakao naturalne na mleku 200g (Mleko, łącznie z laktozą)**
2. **Pieczywo mieszane z masłem 55.00g (Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne, mleko)**
3. **Schab wędzony 20.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Soja i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)**
4. Sałata 5.00g, papryka czerwona, ogórek
5. **Ser żółty 10.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**

**II śniadanie**

1. **Zupka jarzynowa z dodatkiem fasolki szparagowej 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne)**
2. Owoc 130.00g

**obiad**

1. **Pomidorowy kotlet rybny 100.00g (Jaja i produkty pochodne, Ryba, Zboża zawierające gluten)**
2. **Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem 100.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. **Surówka z brokułów, czerwonej fasoli i selera z dipem ziołowym 100.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Soja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne)**
4. Kompot z truskawką 200.00g

**Dzień: 6 - Poniedziałek, 2022-05-02**

**I śniadanie**

1. Herbata rumiankowa 200.00g
2. **Pieczywo mieszane z masłem 55g (Zboża zawierające gluten, mleko, soja)**
3. **Ser żółty 10.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
4. Ogórek 20.00g, rzodkiewka, sałata

**II śniadanie**

1. **Zupa z młodej kapusty z koperkiem 200.00g (Seler i produkty pochodne)**
2. **Bułka wrocławska z serem 50.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**

**obiad**

1. **Ryż z jabłkami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten)**
2. **Jogurt truskawkowy własnej produkcji 100.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. Owoc 100.00g

Dzień: 7 - Środa, 2022-05-04

**I śniadanie**

1. **Zupka mleczna z makaronem literki 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. **Bułki i rogalce maślane z masłem 55g (Zboża zawierające gluten)**
3. Dżem brzoskwinowy niskosłodzony 10g
4. Miód pszczeli 10g
5. Herbata rooibos 150g

**II śniadanie**

1. **Zupka jarzynowa z mlekiem 2% 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne)**
2. **Wafle ryżowe z polewą malinową 24.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**

**obiad**

1. **Makaron spaghetti z sosem mięsno warzywnym z dodatkiem sera parmezan 80.00g (Zboża zawierające gluten, mleko)**
2. Kompot z truskawką 150g

Dzień: 9 - Czwartek, 2022-05-05

**I śniadanie**

1. Herbata owocowa 200.00g
2. **Pieczywo pszenno-żytnie z masłem 55g (Zboża zawierające gluten)**
3. Parówki z szynki 20.00g
4. Rzodkiewka 10.00g
5. Ogórek 20.00g
6. **Ser żółty 20.00g (Mleko, łącznie z laktozą)**

**II śniadanie**

1. **Barszcz biały 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne, Dwutlenek siarki i siarczyny)**
2. **Bakalia studencka 40.00g (Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne)**

**obiad**

1. **Kluski śląskie 100.00g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten)**
2. **Potrąwka z indyka w warzywach 20.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne)**
3. **Kalafior gotowany z masłem 100g (Zboża zawierające gluten)**
4. Kompot z owoców mieszanych 150g

**Dzień: 10 - Piątek, 2022-05-06**

**I śniadanie**

1. Herbata owocowa 200g
2. **Pieczywo mieszane z masłem 50g ( gluten, mleko )**
3. **Jaja gotowane 30g (Jaja i produkty pochodne)**
4. Rzodkiewka 5g , sałata
5. **Ser plastry 20g (Mleko)**

**II śniadanie**

1. **Zupka z zielonego groszku 200g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne)**
2. Owoc 80g

**obiad**

1. **Paluszki rybne panierowane 100g (Ryba, Zboża zawierające gluten)**
2. **Ziemniaki późne z koperkiem i mlekiem 130g (Mleko, łącznie z laktozą)**
3. Surówka z czerwonej kapusty 100g
4. Kompot z truskawką 150g