

JADŁOSPIS 21 - 25.02.2022 r.

Półkolonie zimowe

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyttuszczeniem alergenów
Poniedziałek 21.02.2022 r.	Śniadanie	Bułka z masłem, szynka, ser żółty, jajko, pomidor, sałata, pomidor, ogórek, dżem/ czekolada Herbata z cytryną	1,3,6,7,9,10	Zupa mleczna - <b>mleko</b> 2%, kasza jaglana Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b> , <b>pszenna</b> , drożdże, sól), <b>masło</b> 82%, <b>szynka</b> wieprzowa, <b>jajka</b> , ser żółty ( <b>mleko</b> , sól, chlorek wapnia, kultury bakterii), pomidor, ogórek, szczypior Dżem/czekolada Herbata czarna, miód, cytryny
	Obiad	Zupa jarzynowa z brukselką, pieczywo Makaron z serem i boczkiem Kompot z czerwonej porzeczki Mandarynka	1,3,7,9	Zupa - porcja kurczaka, brukselka, brokuł, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, koper, <b>śmietana</b> 18%, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, ziele angielskie chleb (mąka <b>pszenna</b> , woda, sól, drożdże) Makaron z serem i boczkiem- makaron świderki (mąka <b>pszenna</b> durum, <b>jajka</b> ), boczek wędzony, stonina, ser <b>twarogowy</b> , cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz Kompot - czerwona porzeczka, cukier Mandarynka
	Podwieczorek	Drożdżówka z serem Banan Woda	1,3,7	Drożdżówka ( <b>twaróg</b> , mąka <b>pszenna</b> woda, <b>jajka</b> , drożdże, olej rzepakowy) Banan Woda
Wtorek 22.02.2022 r.	Śniadanie	Kakao Bułka grahamka z masłem, ser żółty, jajko, pomidor, papryka Dżem/ czekolada	1,3,7	Kakao - <b>mleko</b> 2%, cukier, kakao Bułka grahamka (mąka <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), <b>masło</b> 82%, <b>ser</b> żółty ( <b>mleko</b> , sól, chlorek wapnia, kultury bakterii), <b>jajko</b> , pomidor, papryka Dżem/czekolada
	Obiad	Bulion mięsny z kluseczkami Gulasz węgierski z szynki w sosie pomidorowym ze śmietaną i plackiem ziemniaczanym Surówka z sałaty lodowej Kompot z czarnej porzeczki Jabłko	1,7,9	Zupa - porcja kurczaka, szyja z indyka, makaron (mąka <b>pszenna</b> durum), szponder wołowy, marchew, papryka, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy Gulasz - placki ziemniaczane (ziemniaki, cebula, tłuszcz roślinny, sól), szynka zrazowa, koncentrat pomidorowy, cebula, czosnek, marchew, pietruszka, natka pietruszki, <b>śmietana</b> 18%, sól, pieprz, tymianek, majeranek Surówka - sałata lodowa, ogórek, papryka, rzodkiewka, szczypiorek, koper, <b>śmietana</b> 18%, ocet jabłkowy, sól Kompot - czarna porzeczka, cukier Jabłko
	Podwieczorek	Rogal Jogurt Woda	1,3,7	Rogal - mąka <b>pszenna</b> woda, <b>jajka</b> , drożdże, olej rzepakowy Jogurt ( <b>mleko</b> pasteryzowane, cukier, substancje zagęszczające: pektyna, guma guar, żywe kultury bakterii <b>jogurtowych</b> , owoce) Woda
Środa 23.02.2022 r.	Śniadanie	Płatki czekoladowe na mleku Bułka kukurydziana z masłem, z twarożkiem i dżemem, ser żółty, pierś z kurczaka, warzywa Dżem/ czekolada Herbata owocowa	1,7	Zupa mleczna - <b>mleko</b> 2%, płatki kukurydziane (kukurydza, kakao) Bułka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b> , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), <b>masło</b> 82%, <b>twaróg</b> półtłusty, <b>śmietana</b> 18%, dżem niskosłodzony, ser żółty ( <b>mleko</b> , sól, chlorek wapnia, kultury bakterii), pierś z kurczaka Dżem/ czekolada Herbata, owocowa, cukier
	Obiad	Zupa ogórkowa, pieczywo	1,7,9	Zupa - porcja rosółowa, ogórki kiszane, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, <b>śmietana</b> 18%, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy chleb (mąka <b>pszenna</b> , woda, sól, drożdże)

		Pizza z kurczakiem, kukurydzą i ananasem Sok		Pizza - mąka <b>pszenna</b> , drożdże, filet kurczaka, mozzarella ( <b>mleko</b> , skrobia ziemniaczana, sól, bakterie fermentacji mlekowej, podpuszczka mikrobiologiczna), kukurydza, ananas, pomidor pelati, czosnek, oliwa, bazylia, oregano, curry Sok (zagęszczony sok, woda)
	<b>Podwieczorek</b>	Sushi z wędzonym łososiem sok	4,7	Sushi - ryż, <b>łosoś</b> wędzony, <b>serek</b> naturalny, ogórek, ocet ryżowy, cukier, sól Sok (zagęszczony sok, woda)
<b>Czwartek 24.02.2022 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Bułka z masłem, szakszuka, dżem/ czekolada Pączek Herbata z cytryną	1,3,7	Bułka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b> , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), <b>masło</b> 82%, pomidor pelati, <b>jajka</b> , czosnek, natka pietruszki, oliwa, papryka wędzona, ostra, kolendra, sól, pieprz, Dżem/ czekolada Pączek (mąka <b>pszenna</b> , <b>mleko</b> , cukier, <b>jajka</b> , olej rzepakowy, drożdże, cukier) Herbata, miód, cytryny
	<b>Obiad</b>	Zupa ramen, pieczywo Kotlet schabowy ziemniaki Surówka z czerwonej kapusty Kompot truskawkowy	1,3,7,9	Zupa - zeberka, porcja kurczaka, szyja indyka, makaron ramen (mąka <b>pszenna</b> , skrobia z manioku, woda, substancja wiążąca (węglany potasu), sól), marchew, pieczarki, <b>jajka</b> , cebula szalotka, szczypior chleb (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , woda, sól, drożdże) kotlet schabowy - schab, mąka <b>pszenna</b> , <b>jajka</b> , bułka tarta <b>pszenna</b> , tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, stabilizator, emulgator), sól, pieprz ziemniaki, koper surówka - kapusta czerwona, jabłko, cebula, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier kompot - truskawki, cukier
	<b>Podwieczorek</b>	Koktajl kokosowy Talerz owoców		Koktajl - mleko kokosowe, mango, nasiona chia, miód Owoce- pitahaja, banan, winogron, melon, ananas
<b>Piątek 25.02.2022r.</b>	<b>śniadanie</b>	Płatki ryżowe na mleku Bułka grahamka z masłem, połudwica z indyka, ser żółty, sałata, pomidor, ogórek, dżem/ czekolada Herbata owocowa	1,7	Zupa mleczna - <b>mleko</b> 2%, płatki ryżowe Bułka grahamka (mąka <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), <b>masło</b> 82%, połędwica z indyka, ser żółty ( <b>mleko</b> , sól, chlorek wapnia, kultury bakterii), papryka, ogórek, pomidor, dżem/ czekolada Herbata owocowa, cukier
	<b>Obiad</b>	Zupa krem z dyni, grzanki Moonfish z warzywami i frytkami z batata Kompot wieloowocowy	1,4,7,9,10	Zupa - dynia, ziemniaki, marchew, cebula, czosnek, pomarańcze, <b>mleko</b> 2%, olej rzepakowy, sól, pieprz, chili, majeranek, rozmaryn Grzanki (mąka <b>pszenna</b> woda, <b>jajka</b> , drożdże, olej rzepakowy), olej rzepakowy, czosnek, oregano, bazylia Moonfish z warzywami - batat, <b>moonfish</b> , fasolka szparagowa, papryka, pomidor pelati, cebula, cebula czerwona, <b>seler</b> naciowy, czosnek, cytryna, natka pietruszki, koper, oliwa, olej rzepakowy, <b>masło</b> 82%, sól, zioła prowansalskie Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier
	<b>Podwieczorek</b>	Jabłko Pałeczki kukurydziane Woda		Jabłko Pałeczki kukurydziane (kukurydza) Woda

Produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zawarte w potrawach: 1- zboża zawierające gluten, 2- skorupiaki, 3- jaja, 4- ryby, 5- orzeszki ziemne, 6- soja, 7- mleko, 8- orzechy, 9- seler, 10- gorczyca, 11- sezam, 12- dwutlenek siarki i siarczyny, 13- łubin, 14- mięczaki

\* jadłospis może ulec zmianie