

JADŁOSPIS 11-15.01.2021

DIETA OGÓLNA

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytluszczeniem alergenów
poniedziałek 11.01.2021	śniadanie	Zupa mleczna z makaronem Bułka z masłem, szynką, pomidorem i papryką Herbata owocowa	1,3,7	Zupa mleczna- mleko 2% , makaron (mąka durum, jaja) Bułka grahamka (mąka żytnia, pszenna, graham , drożdże, sól), masło 82% , szynka sołtysa, pomidor, papryka Herbata owocowa, cukier
	obiad	Zupa ogórkowa Naleśniki z serem białym i sosem jogurtowym z brzoskwiniami Kompot wieloowocowy	1,3,7,9	Zupa- żeberka wp, ogórek kiszony, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, śmietana 18%, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Naleśniki- mąka pszenna, mleko 2%, jaja, twaróg, jogurt naturalny, brzoskwinie, cukier Kompot- mieszanka owocowa, cukier
	podwieczorek	Talerz owoców Kefir z otrębami	1,7	Winogrona, pomarańcze, jabłka Kefir, otręby pszenne
wtorek 12.01.2021	śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku Bułka z masłem i pastą twarogowo- paprykową, ogórek Herbata	1,7	Zupa mleczna- mleko 2% , płatki jęczmienne , żurawina Bułka żytnia (mąka żytnia , drożdże, słonecznik, siemię lniane, płatki owsiane), masło 82% , twaróg półtłusty, papryka, ogórek Herbata, cukier
	obiad	Żurek z jajkiem i ziemniakami Kotlet schabowy z ziemniakami, Marchewka duszona z groszkiem Herbata miętowa	1,3,7,9,10	Żurek- kiełbasa podwawelska, boczek, jaja , ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, żurek, śmietana 18% , mąka pszenna , olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy II danie- schab, bułka pszenna tarta, jaja , mąka pszenna , sól, pieprz Marchew, groszek, masło 82% , mąka pszenna , cukier Herbata miętowa, cukier
	podwieczorek	Ciasto drożdżowe z jabłkami Herbata owocowa	1,3,7	Mąka pszenna, jaja, masło 82% , cukier, drożdże, jabłka Herbata owocowa, cukier
środa 13.01.2021	śniadanie	Zupa mleczna z ryżem Bułka z masłem, gotowanym jajkiem, ogórek kiszony Kompot śliwkowy	1,3,7	Zupa mleczna- mleko 2% , ryż Bułka grahamka (mąka żytnia, pszenna, graham , drożdże, sól), masło 82% , jaja , ogórek kiszony Kompot- sliwki, cukier
	obiad	Zupa neapolitańska Gulasz wołowy z kaszą jęczmienną Surówka z białej kapusty Woda z cytryną	1,3,7	Zupa- porcja kurczaka, makaron (mąka durum, jaja), marchew, pietruszka, seler , cebula, natka pietruszki, śmietana 18% , ser żółty , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Gulasz- łopatka wołowa, papryka, cebula, czosnek, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna , olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka słodka Kasza jęczmienna Surówka- biała kapusta, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, oliwa, musztarda, sól, pieprz Woda, cytryna

	podwieczorek	Budyń waniliowy z brzoskwinią Chlebek jaglany	1,7	Budyń- mleko 2%, mąka ziemniaczana, cukier, brzoskwinie Chlebek jaglany- mąka jaglana, kaszka kukurydziana, otręby kukurydziane, ekstrakt słodowy jęczmienny
czwartek 14.01.2021	śniadanie	Płatki owsiane na mleku Bułka z masłem, serem żółtym, pomidor Herbata z cytryną	1,7	Zupa mleczna- mleko 2% płatki owsiane , rodzyunki Bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sol), masło 82% , ser żółty , pomidor Herbata, cytryna, miód
	obiad	Rosół domowy z makaronem Kotlet drobiowy z ryżem i warzywami z pieca lemoniada	1,3,7,9	Rosół- porcja kurczaka, makaron (mąka durum, jaja), marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz, lubczyk Kotlet – filet kurczaka, jaja , bułka pszenna tarta, mąka pszenna , olej rzepakowy, czosnek, sól, pieprz Warzywa- brokuł, fasolka szparagowa, marchew mini, masło 82% Lemoniada- cytryna, miód
	podwieczorek	Kostka z kaszy mannej owoc	1,7	Kostka- mleko 2%, kasza manna , cukier, maliny kiwi
Piątek 15.01.2021	śniadanie	kakao Bułka z masłem i dżemem owoc	1,7	Kakao- mleko 2%, cukier, kakao Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, razowa, pszenna , płatki pszenne, owsiane , otręby żytnie , drożdże, sól), masło 82% , dżem niskosłodzony banan
	obiad	Zupa pieczarkowa Łosoś w sosie brokułowym z makaronem Kompot z czerwonej porzeczki	1,3,4,7,9	Zupa – porcja kurczaka, pieczarki, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, natka pietruszki, śmietana 18% , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy II danie- łosoś , brokuły, cebula, czosnek, mleko 2% , masło 82% , mąka pszenna , olej rzepakowy, sól, pieprz, tymianek Makaron (mąka durum, jaja) Kompot- czerwona porzeczka, cukier
	podwieczorek	Jogurt truskawkowy owoc	7	Jogurt naturalny, truskawki, cukier winogrona

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

*Dotyczy dzieci w przedszkolu

* jadłospis może ulec zmianie