

JADŁOSPIS 03.02-07.02.2025

PODSTAWOWA

Poniedziałek 03.02	Wtorek 04.02	Środa 05.02	Czwartek 06.02	Piątek 07.02
Śniadanie				
<p>chleb pszenno-żytni – 2 kromki ser żółty – 30 g masło - 10 g sałata – 10 g</p> <p>(gluten, mleko, gorczyca)</p> <p>kakao na mleku 200 ml (gluten, mleko, soja)</p>	<p>chleb żytni razowy – 2 kromki pasta mięsna – 50 g masło - 10 g papryka– 30 g</p> <p>(gluten, mleko, sezam, orzechy arachidowe, jaja, gorczyca)</p> <p>herbata owocowa 200 ml</p>	<p>chleb żytni razowy – 2 kromki wędlina wieprzowa – 30 g masło – 10 g rzodkiewka– 30 g</p> <p>(gluten, mleko, seler, soja, śladowe ilości orzechy, sezam)</p> <p>kawa zbożowa 200 ml (gluten, mleko)</p>	<p>chleb pszenno-żytni – 2 kromki ser żółty – 30 g masło - 10 g ogórek – 10 g</p> <p>(gluten, mleko, gorczyca)</p> <p>herbata czarna 200 ml</p>	<p>chleb pszenno-żytni – 2 kromki jajecznica – 60 g masło - 10 g pomidor – 30 g</p> <p>(gluten, mleko, gorczyca, jaja)</p>
Obiad				
<p>zupa ogórkowa -250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, seler, mleko, gorczyca)</p> <p>spaghetti - 230 g (gluten, jaja)</p> <p>kompot porzeczkowy 200 ml</p>	<p>zupa jarzynowa - 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, mleko, seler, gorczyca)</p> <p>kotlet schabowy - 80 g ziemniak - 150 g marchewka zasmażana – 70 g (gluten, jaja, mleko)</p> <p>kompot wiśniowy 200 ml</p>	<p>pomidorowa z ryżem – 250 ml (mleko, seler)</p> <p>ryba panierowana - 80 g ziemniak - 150 g surówka z pora – 70 g (gluten, jaja, ryba, gorczyca)</p> <p>kompot wieloowocowy 200 ml</p>	<p>rosół - 250 ml (gluten, seler, jaja)</p> <p>nuggetsy – 80 g ziemniak – 150 g warzywa z wody – 70 g (gluten, jaja)</p> <p>kompot wiśniowy 200 ml</p>	<p>barszcz ukraiński – 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, seler, mleko, gorczyca)</p> <p>pierogi z serem - 4 szt. surówka z kiszzonej kapusty– 70 g (gluten, mleko)</p> <p>kompot truskawkowy 200 ml</p>
Podwieczorek				
<p>wafelki domowe – 2 szt. (mleko, gluten)</p>	<p>budyń waniliowy z musem truskawkowym – 200 ml (mleko)</p>	<p>ciasto drożdżowe z owocami – 60 g (gluten, mleko, jaja)</p>	<p>gotowana gruszka w sosie waniliowym – 70 g (mleko)</p>	<p>trufle owsiane – 30 g (mleko, gluten)</p>

Poniedziałek 03.02	Wtorek 04.02	Środa 05.02	Czwartek 06.02	Piątek 07.02
Śniadanie				
<p>[<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (mąka <u>żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słoju <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</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>(<u>mleko - mleko pasteryzowane</u>, mikrofiltrowane, świeże, zawartość tłuszczu 2%, <u>kakao - produkt może zawierać soję i gluten</u>)</p>	<p>(<u>mąka żytnia</u>, zakwas naturalny, <u>otręby pszenne</u>, <u>mąka pszenna</u>, woda, drożdże, sól, może zawierać śladowe ilości <u>sezamu i orzechów arachidowych</u>)</p> <p>[mięso mielone drobiowe, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, <u>gorczyca</u>, cukier, sól, przyprawy), woda, <u>żółtka jaj kurzych</u>), sól, pieprz]]</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 żytnia</u>, zakwas naturalny, <u>otręby pszenne</u>, <u>mąka pszenna</u>, woda, drożdże, sól, może zawierać śladowe ilości <u>sezamu i orzechów arachidowych</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>rzodkiewka</p> <p>(<u>mleko - mleko pasteryzowane</u>, mikrofiltrowane, <u>świeże</u>, zawartość tłuszczu 2%, kawa inka (<u>zboża 72%</u>, <u>jęczmień</u>, żyto, cykorcia, burak cukrowy - prażone)</p>	<p>[<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (mąka <u>żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słoju <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</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>ogórek</p> <p>(woda, herbata czarna)</p>	<p>[<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (mąka <u>żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słoju <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>]</p> <p>(<u>jajko</u>, <u>masło</u>, sól, pieprz)</p> <p>(83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>)</p> <p>pomidor</p> <p>(herbata czarna, aromat, truskawka (0,9%), malina (0,6%), czerwona porzeczka (0,6%), jeżyna (0,3%), wiśnia (0,3%))</p>

Obiad

<p>[woda, ziemniak, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, <u>śmietana 12%</u>, <u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych), sól 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>, zakwas żytni (<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>(makaron -<u>mąka pszenna</u>, semolina, może zawierać <u>jaja</u>, ugotowany przecier pomidorowy, mięso mielone z szynki wieprzowej, czosnek, cebula, oliwa z oliwek, bazylija, oregano, sól, pieprz)</p> <p>(woda, czarna porzeczka, truskawka, malina mrożone)</p>	<p>[woda, ziemniaki, kalafior, marchew, brokuł, fasola szparagowa, por, <u>śmietana 12%</u> (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych), pietruszka, <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>[<u>mąka pszenna</u>, zakwas żytni (<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>[schab, <u>jajko</u>, <u>bułka tarta</u> (<u>mąka pszenna</u>, sól, drożdże), sól, pieprz]</p> <p>ziemniak</p> <p>[marchew, <u>mąka pszenna</u>, <u>masło (83%</u> zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>), sól, pieprz]</p>	<p>[woda, udko z kurczaka, włoszczyzna- <u>seler</u>, ryż, przecier pomidorowy <u>śmietana 12%</u>, (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych), przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)]</p> <p>[<u>ryba miruna</u>, sól, <u>jaja</u>, <u>bułka tarta</u> (<u>mąka pszenna</u>, sól, drożdże)]</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, 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, <u>jajko</u>, płatki kukurydziane (kukurydza, ekstrakt <u>słodu jęczmiennego</u>, sól, emulgator), sól, pieprz]</p> <p>ziemniak</p> <p>(kalafior, brokuł, marchew)</p> <p>(woda, wiśnia mrożona, cukier)</p>	<p>[woda, ziemniak, burak, marchew, pietruszka, fasola, (<u>śmietana 12%</u> - <u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych), 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>, zakwas żytni (<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>[<u>mąka pszenna</u>, ziemniaki, <u>ser twarogowy</u> (<u>mleko pasteryzowane</u>, kultury bakterii kwasu mlekowego), cebula, sól, pieprz]</p> <p>(kapusta kiszona, olej, cebula, marchew, cukier, pieprz)</p> <p>(woda, truskawka mrożona)</p>
<h2>Podwieczorek</h2>				

<p>(wafle - <u>mąka pszenna</u>, olej rzepakowy, skrobia pszenna, emulgator (lecytyna <u>z soi</u>), substancje spulchniające, sól, krem czekoladowy – margaryna, cukier, <u>mleko w proszku</u>, <u>kakao</u>)</p>	<p>[<u>mleko-</u> (<u>mleko pasteryzowane</u>, mikrofiltrowane, świeże, zawartość tłuszczu 2%), cukier, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, mus truskawkowy]</p>	<p>(<u>mąka pszenna</u>, cukier, <u>jaja</u>, drożdże, <u>mleko</u>, <u>masło</u>, szczypta soli, jabłko)</p>	<p>[<u>gruszka</u>, <u>mleko</u> (<u>mleko pasteryzowane</u>, mikrofiltrowane, świeże, zawartość tłuszczu 2%), cukier, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat]</p>	<p>(<u>mleko</u>, <u>płatki owsiane</u>, <u>kakao</u>, cukier, rodzynki, migdały, cynamon)</p>
---	--	---	--	--