

JADŁOSPIS 07.01-10.01.2025

PODSTAWOWA

Wtorek 07.01	Środa 08.01	Czwartek 09.01	Piątek 10.01
Śniadanie			
<p>chleb pszenno-żytni – 2 kromki wędlina wieprzowa – 30 g masło – 10 g ogórek - 30 g</p> <p>(gluten, mleko, seler, soja)</p> <p>kawa zbożowa 200 ml (gluten, mleko)</p>	<p>płatki ryżowe na mleku 250 g (mleko)</p> <p>chleb pszenno-żytni – 1 kromka ser żółty – 15 g masło – 5 g pomidor - 15 g</p> <p>(gluten, mleko, gorczyca)</p> <p>herbata czarna 200 ml</p>	<p>chleb pszenno-żytni – 2 kromki pasztet domowy – 50 g masło - 10 g ogórek kiszony – 30 g</p> <p>(gluten, mleko, jaja, gorczyca)</p> <p>herbata czarna 200 ml</p>	<p>chleb żytni razowy – 2 kromki pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50 g masło - 10 g papryka – 30 g</p> <p>(gluten, mleko, sezam, orzechy arachidowe, jaja)</p> <p>herbata owocowa 200 ml</p>
Obiad			
<p>zupa jarzynowa -250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, seler, gorczyca)</p> <p>spaghetti - 230 g (gluten, jaja)</p> <p>kompot wiśniowy 200 ml</p>	<p>rosół - 250 ml (gluten, seler, jaja)</p> <p>kotlet schabowy - 80 g ziemniak - 150 g marchewka zasmażana – 70 g (gluten, jaja, mleko)</p> <p>kompot wieloowocowy 200 ml</p>	<p>żurek z kiełbasą - 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, mleko, seler, gorczyca)</p> <p>leniwe z bułką tartą i masłem – 150 g surówka z marchwi i jabłka – 70 g (gluten, jaja, mleko)</p> <p>kompot wiśniowy 200 ml</p>	<p>zacierka – 250 ml (seler, gluten, jaja)</p> <p>paluszki rybne – 80 g ziemniak – 150 g surówka z kiszonej kapusty – 70 g (ryba, jaja, gluten)</p> <p>kompot wieloowocowy 200 ml</p>
Podwieczorek			
<p>budyń jaglany z jabłkiem – 200 ml (mleko)</p>	<p>joguś owocowy -150 ml wafel kukurydziany – 1 szt. (mleko)</p>	<p>koktajl owocowy – 200 ml wafel kukurydziany – 1 szt.</p>	<p>ciasto marchewkowe – 60 g (gluten, jaja)</p>

Wtorek 07.01	Środa 08.01	Czwartek 09.01	Piątek 10.01
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]</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>ogórek</p> <p>(<u>mleko - mleko pasteryzowane</u>, <u>mikrofiltrowane</u>, <u>świeże</u>, zawartość tłuszczu 2%, kawa inka (<u>zboża 72%</u>, <u>jęczmień</u>, żyto, cykoria, burak cukrowy - prażone)</p>	<p>(<u>mleko - mleko pasteryzowane</u>, mikrofiltrowane, <u>świeże</u>, zawartość tłuszczu 2%, płatki ryżowe)</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>pomidor</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>(mięso mielone, <u>jaja</u>, cebulka, <u>bułka tarta</u> (<u>mąka pszenna</u>, sól, drożdże), sól, pieprz)</p> <p>(83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>)</p> <p>ogórek kiszony</p> <p>(woda, herbata czarna)</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</u> i <u>orzechów arachidowych</u>)</p> <p>[<u>jajko</u>, majonez- olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, <u>gorczyca</u>, cukier, sól, przyprawy), woda, <u>żółtka jaj kurzych</u>]</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>
Obiad			

<p>[woda, kalafior, marchew, ziemniak, brokuł, fasola szparagowa, <u>seler</u>, por, <u>śmietana 12%</u> (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, <u>skrobia</u>, <u>kultury bakterii mlekowych</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 <u>żytni</u> (mąka <u>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>(makaron -<u>mąka pszenna</u>, <u>semolina</u>, może zawierać <u>jaja</u>, ugotowany przecier pomidorowy, mięso mielone z szynki wieprzowej, czosnek, cebula, oliwa z oliwek, bazylia, oregano, sól, pieprz)</p> <p>(woda, wiśnie mrożone, cukier)</p>	<p>[woda, udko z kurczaka, <u>makaron (mąka pszenna, semolina, może zawierać jaja)</u>, marchew, cebula, pietruszka, por, seler, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, korzeń selera, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)].</p> <p>[schab, <u>jajko</u>, <u>bułka tarta (mąka pszenna, sól, drożdże)</u>, sól, pieprz]</p> <p>ziemniak</p> <p>[marchew, <u>mąka pszenna</u>, <u>masło (83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze śmietany z mleka krowiego)</u>, sól, pieprz]</p> <p>(woda, śliwka, czarna porzeczką, jabłko, truskawka, wiśnia mrożone)</p>	<p>[woda, włoszczyzna –<u>seler</u>, marchew, por, <u>śmietana 12%</u> (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych), kiełbasa (mięso wieprzowe, woda, tłuszcz wieprzowy, skrobia ziemniaczana, <u>blonnik pszenny</u> bezglutenowy, sól, stabilizator: białko wieprzowe kolagenowe, substancja zagęszczająca, glukoza, przeciwutleniacze: ekstrakty przypraw, przyprawy, aromat, ostionka), 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 <u>żytni</u> (mąka <u>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>twaróg (mleko pasteryzowane, kultury bakterii kwasu mlekowego)</u>, <u>mąka pszenna</u>, <u>jajo</u>, <u>masło (83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze śmietany z mleka krowiego)</u>, <u>bułka tarta (mąka pszenna, sól, drożdże)</u>]</p> <p>(marchew, jabłko, oliwa z oliwek)</p>	<p>[woda, ziemniaki, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz; makaron kuleczki: <u>mąka pszenna semolina</u>, <u>może zawierać jaja</u>), marchew, pietruszka przyprawa (sól, warzywa, suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)]</p> <p>(<u>filety z mintaja</u>, panierka sypka (<u>mąka pszenna</u>, sól, papryka, kurkuma, drożdże), olej słonecznikowy, woda, <u>mąka pszenna</u>, skrobia ziemniaczana, sól)</p> <p>ziemniak</p> <p>(kapusta kiszona, olej, cebula, marchew, cukier, pieprz)</p> <p>(woda, śliwka, czarna porzeczką, jabłko, truskawka, wiśnia mrożone)</p>
---	---	---	--

Podwieczorek

<p>[mleko (mleko pasteryzowane, mikrofiltrowane, świeże, zawartość tłuszczu 2%), kasza jaglana, cukier, jabłko)</p>	<p>(mleko, cukier, wsad owocowy, substancje zagęszczające: pektyny, guma guar, aromat, barwniki, <u>białka mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>(kukurydza pełnoziarnista, grys kukurydziany, sól morska)</p>	<p>(sok pomarańczowy, banan, szpinak, kiwi)</p> <p>(ryż brązowy)</p>	<p>(<u>mąka pszenna</u>, marchew, jabłko, olej, <u>jaja</u>, cukier, cynamon, pdp)</p>
---	---	--	--