

Jadłospis 7-11.09.2020

PONIEDZIAŁEK

- ✓ **Śniadanie:** chleb graham (100g), masło (10g), twarożek z rzodkiewką (50g), papryka w słupkach (10g); herbata owocowa (200 ml), owoc sezonowy (100g)
- ✓ **Obiad:** zupa pomidorowa z makaronem (200 ml), potrawka z kurczaka z warzywami i brązowym ryżem (120g/130g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** budyń śmietankowy z sokiem malinowym (200g) – wyrób własny, wafle ryżowe (20g); herbata owocowa (200ml)

ALERGENY: gluten, mleko, seler

WTOREK

- ✓ **Śniadanie:** chleb orkiszowy (100g), masło (10g), kiełbasa żywiecka podsuszana (24g), ogórek małosolny (10g); kakao (200 ml), owoc sezonowy (100g)
- ✓ **Obiad:** krem marchwiowy z grzankami razowymi (200 ml/10g) kotlecik z kurczaka (70g), młoda kapusta z koperkiem (70g), młode ziemniaki (130g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** Pudding z kaszki manny i musu malinowego (200g) – wyrób własny, chrupki kukurydziane (20g); herbata owocowa (200ml)

ALERGENY: gluten, mleko, seler, jaja

ŚRODA

- ✓ **Śniadanie:** chleb pszenno-żytni (100g), masło (10g), szynka drobiowa (24g), pomidor (10g); herbata owocowa (200 ml), owoc sezonowy (100g)
- ✓ **Obiad:** barszcz czerwony z ziemniakami (200 ml), (200 ml), pampuchy drożdżowe z dipem jogurtowo - truskawkowym (200g/50g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** bułeczka pszenna (50g), masło (5g), pasta jajeczna z rzodkiewką (40g), ogórek świeży (10g) herbata owocowa (200 ml)

ALERGENY: gluten, mleko, seler, jaja

CZWARTEK

- ✓ **Śniadanie:** chleb słonecznikowy (100g), masło (10g), ser żółty (30g), papryka (10g); herbata owocowa (200 ml), owoc sezonowy (100g)
- ✓ **Obiad:** rosół z makaronem (200 ml), schab duszony w sosie własnym (70g), surówka warzywna z jogurtem (70g), kasza gryczana (130g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** ciasto drożdżowe ze śliwkami – wypiek własny (50g); herbata owocowa (200 ml)

ALERGENY: gluten, mleko, seler, jaja

PIĄTEK

- ✓ **Śniadanie:** jaglanka z suszoną żurawiną i miodem (200g), chleb graham (100g), masło (10g), dżem wiśniowy (10g); herbata owocowa (200 ml), owoc sezonowy (100g)
- ✓ **Obiad:** zupa brokułowa z kluseczkami (200 ml), kotlecik rybny z sezamem (70g), surówka z marchewki z brzoskwiniami (70g), młode ziemniaki (130g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** Weka (40g), hummus (30g), warzywa w słupkach (30g); kawa zbożowa (200 ml)

ALERGENY: gluten, mleko, jaja, seler, ryby

