

Jadłospis 2-6.11.2020

PONIEDZIAŁEK

- ✓ **Śniadanie:** chleb graham (100g), masło (10g), ser żółty (30g), papryka w słupkach (10g), herbata owocowa (200 ml), owoc sezonowy (100g)
- ✓ **Obiad:** zupa ogórkowa z makaronem (200 ml), gulasz z indyka (120g), ryż naturalny (130g), gotowana fasolka szparagowa (70g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** kisiel truskawkowy (200g) – wyrób własny, biszkopty (20g); herbata owocowa (200 ml)

ALERGENY: gluten, mleko, seler

WTOREK

- ✓ **Śniadanie:** chleb pszenno-żytni (100g), masło (10g), twarożek z brzoskwiniami (40g); herbata owocowa (200 ml), owoc sezonowy (100g)
- ✓ **Obiad:** Zupa koperkowa z zacierką (200 ml), kotlecik mielony wieprzowy (70g), gotowana kapusta z koperkiem (70g), ziemniaki (130g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** grysik na mleku z dipem bananowo- porzeczkowym (200g); herbata owocowa (200 ml)

ALERGENY: gluten, mleko, seler

ŚRODA

- ✓ **Śniadanie:** chleb wieloziarnisty (100g), masło (10g), pasta jajeczna ze szczypiorkiem (50g),
- ✓ **Obiad:** barszcz czerwony z ziemniakami (200 ml), pampuchy drożdżowe z dipem jogurtowo - truskawkowym (200g/50g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** chleb graham (50g), masło (5g), szynka z indyka (20g), ogórek zielony (10g); herbata owocowa (200 ml)

ALERGENY: gluten, mleko, seler, jaja

CZWARTEK

- ✓ **Śniadanie:** chleb orkiszowy (100g), masło (10g), kiełbasa żywiecka podsuszana (24g), pomidor (10g); herbata owocowa (200 ml), owoc sezonowy (100g)
- ✓ **Obiad:** krem z białych warzyw z grzankami razowymi (200 ml/10g), bitki drobiowe w sosie własnym (70g/50g), kasza jęczmienna (130g), surówka z kiszonych ogórków (70g), kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** chlebek bananowy – wyrób własny (50g); herbata owocowa (200 ml)

ALERGENY: gluten, mleko, seler, jaja

PIĄTEK

- ✓ **Śniadanie:** płatki kukurydziane z mlekiem z suszoną śliwką (200ml), chleb słonecznikowy (75g), masło (7g), dżem wiśniowy (10g); herbata owocowa (200 ml), owoc sezonowy (100g)
- ✓ **Obiad:** zupa pomidorowa z ryżem (200 ml), kotlecik z soczewicy (70g), duszona marchewka (70g), ziemniaki (130g); kompot (200 ml)
- ✓ **Podwieczorek:** fromage (30g), weka (40g), warzywa w słupkach (30g); herbata owocowa (200 ml)

ALERGENY: gluten, mleko, jaja, seler

