

## Jadłospis 21-25.10.2024

### PONIEDZIAŁEK

- ✓ **Śniadanie:** płatki kukurydziane z mlekiem (200g), chleb graham (30g), masło 82% (4g), powidła śliwkowe (10g); herbata owocowa (200 ml)
  - ✓ **II Śniadanie:** Jabłko (100g)
  - ✓ **Obiad:** zupa pomidorowa z makaronem, zabelana (200 ml), kurczak w sosie curry z cieciorką (120g), ryż naturalny (130g), kompot (200 ml)
  - ✓ **Podwieczorek:** kisiel wiśniowy – wyrób własny (150g), biszkopty (12g)
- ALERGENY: gluten, mleko, seler, jaja**

### WTOREK

- ✓ **Śniadanie:** chleb wieloziarnisty (60g), masło 82% (6g), szynka z pasieki (30g), ogórek zielony (10g); kakao (200 ml)
  - ✓ **II Śniadanie:** Pomarańcza (100g)
  - ✓ **Obiad:** rosół z makaronem (200 ml), udko pieczone (70g), fasolka szparagowa (50g), ziemniaki (130g); kompot (200 ml)
  - ✓ **Podwieczorek:** koktajl truskawkowo – brzoskwiniowy – wyrób własny (150g), chrupki kukurydziane (12g)
- ALERGENY: gluten, mleko, seler, jaja**

### ŚRODA

- ✓ **Śniadanie:** chleb pszenno – żytni (60g), masło 82% (6g), pasta jajeczna z jogurtem (30g), rzodkiewka (10g); herbata owocowa (200 ml)
  - ✓ **II Śniadanie:** Banan (100g)
  - ✓ **Obiad:** barszcz ukraiński, zabelany (200 ml), pierogi leniwe z masłem i bułką tartą – wyrób własny (200g/10g), kompot (200 ml)
  - ✓ **Podwieczorek:** weka (30g), masło (4g), schabik (15g), papryka w słupkach (10g), herbata owocowa (200 ml)
- ALERGENY: gluten, mleko, seler, jaja**

### CZWARTEK

- ✓ **Śniadanie:** chleb graham (60g), masło 82% (6g), ser żółty (30g), pomidor (10g); herbata owocowa (200 ml)
  - ✓ **II Śniadanie:** Jabłko (100g)
  - ✓ **Obiad:** krem marchwiowy z grzankami razowymi (200ml/ 10g), gulasz wieprzowy (90g), ogórki kiszzone w słupkach (50g), kasza jęczmienna (130g), kompot (200 ml)
  - ✓ **Podwieczorek:** chlebek bananowy – wyrób własny (60g), kawa zbożowa (200 ml)
- ALERGENY: gluten, mleko, seler, jaja**

### PIĄTEK

- ✓ **Śniadanie:** chleb pszenny (60g), masło 82% (6g), twarożek z brzoskwinia (40g); herbata owocowa (200 ml)
  - ✓ **II Śniadanie:** gruszka (100g)
  - ✓ **Obiad:** zupa ogórkowa z ryżem (200ml), ryba w panierce (70g), ziemniaki (130g), surówka z kiszonej kapusty (50g), kompot (200 ml)
  - ✓ **Podwieczorek:** galaretka owocowa z kleksem waniliowym (150g/20g), herbatniki (12g)
- ALERGENY: gluten, mleko, jaja, seler, ryby**

\*kompot z czerwonej i czarnej porzeczki oraz śliwek, 2,4g cukru/200 ml

\*potrawy przygotowywane są w piecu konwekcyjnym

