

JADŁOSPIS DEKADA

I - VIII

DATA: 06.09 - 19.09.2024

Dzień tygodnia	Obiad	Składniki	Gramatura	Alergeny
<u>PIĄTEK</u>	Krupnik z kaszy jęczmiennej z jarzynami i natką Paluszki rybne w panierce Ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty kiszonej Kompot z jabłek z koprem włoskim Jogurt	Udzik z kurczaka, jarzyny, kasza jęczmienna, natka ryba, jajka, butka tarta ziemniaki, koper, kapusta, marchewka, cukier, oliva z olivek jabłka, koper włoski, cukier jogurt pitny	300 ml 100 g 100 g 100 g 200 ml 150 ml	seler ryba, jajka, gluten mleko
<u>PONIEDZIAŁEK</u>	Gulaszowa z jarzynami i ziemniakami Ryż z jabłkiem pieczonym Polewa jogurtowa Napar z mięty z cytryną Śliwka	wołowe, ziemniaki, jarzyny, papryka, pieczarka, koncentrat po. ryż, cynamon, jabłka jogurt 2%, cukier waniliowy mięta/saszetka, cukier, cytryna	300 ml 200 g 50 ml 200 ml 1 szt	seler mleko
<u>WTOREK</u>	Krem z dyni z parmezanem i pestkami dyni Kotlet pożarski pieczony Ziemniaki z koperkiem Surówka z sałaty z pomidorkiem w sosie vinegret Kompot ze śliwek Gruszka	udzik z kurczaka, marchewka, dynia, ziemniaki, jogurt, parmezan, pestki, oliva z olivek Udziec z indyka, jajka, jarzyny, cebula, butka do namoczenia, olej ziemniaki, koper, sałata lodowa, pomidorki koktailowe, szczypior, musztarda, cytryna, oliva z olivek Śliwki, cukier	300 ml 80 g 100 g 80 g 200 ml	mleko jajka, gluten gorczyca
<u>SRODA</u>	Fasolowa z ziemniakami i jarzynami Strogonow wołowy Kasza gryczana prażona Surówka z ogórka kiszonego Kompot z truskawek Mandarynka	udzik z kurczaka, fasola sucha, ziemniaki, jarzyny Ligawa, pieczarki, papryka, cebula, olej, przecier pomidorowy Kasza gryczana Ogórek kiszony, cebula, oliva z olivek Truskawki, cukier	300 ml 60g/50 ml s60g 80 g 200 ml	seler
<u>CZWARTEK</u>	Szczawiowa z jajkiem i jarzynami, zabelana Porcja kurczaka z miodem i ziołami Ziemniaki z koperkiem Surówka z czerwonej kapusty z oliwą z olivek Kompot wielowocowy Jabłko	udzik z kurczaka, jajka, szczaw kon., jarzyny, ziemniaki, jogurt udko b/k, miód, olej ziemniaki, koper, kapusta, marchew, jabłko, cebulka, cukier, oliva z olivek, cytryna Owoce świeże, cukier	300 ml 100 g 100 g 90 g 200 ml 1 szt	jajka, mleko, seler, jogurt

JADŁOSPIS DEKADA

I - VIII

DATA: 20.09 - 03.10.2024

Dzień tygodnia	Obiad	Składniki	Gramatura	Alergeny
<u>PIĄTEK</u>	Krupnik z ryżu z natką i jarzynami Kotlet z miruny pieczony Ziemniaki z koperkiem Surówka z kiszonej kapusty z marchewką Kompot wielowocowy Jogurt pitny	udzik, ryż biały, jarzyny, natka ryba, jajka, kasza manna, natka ziemniaki, koper kapusta kiszona, marchewka, cebula, diva z olivek Owce świeże, cukier Jogurt owocowy	300 ml 100 g 80g 80g 200 ml 330ml	seler ryba, jajka, gluten mleko
<u>PONIEDZIAŁEK</u>	Barszcz bieszczadzki z jarzynami Naleśniki z serem Sos jogurtowy Napar z mięty Gruszka	udzik, kapusta kiszona, buraki, jarzyny, ziemniaki mąka pszenna, jajka, ser półtłusty, cukier, olej Jogurt 2%, cukier waniliowy mięta saszetka,	300 ml 180g 50ml 200 ml 1 szt	seler mleko, jajka mleko
<u>WTOREK</u>	Krem z warzyw z pestkami dyni Gulasz drobiowy Mix kasz -prażone Surówka Colesław z oliwą z olivek Kompot z malin Kiwi	udzik z /k, cukinia, jarzyny, cebula, szpinak, ziemniaki, parmezan, jogurt, pestki dyni udziec z indyka kasze: bulgur, gryczana, jęczmienna biała kapusta, marchewka, ogórek kiszony, kukurydza kon, diva z olivek Maliny, cukier	300 ml 80 g/50ml s-30g 80 g 200 ml 1 szt	mleko, seler
<u>SRODA</u>	Krupnik z kaszy jęczmiennej z jarzynami i natką Kotlet schabowy panierowany Ziemniaki z koperkiem Marchew z groszkiem gotowana / Ogórek kwaszony -pa Napój jabłko-gruszka Nektarynka	udzik, kasza jęczmienna, jarzyny, natka schab, jajka, bułka tarta ziemniaki, koper marchewka, groszek kon, masło / ogórek kwaszony napój w kubeczku	300 ml 100g 100g 50g/30g 150ml 1 szt	seler jajka, pszenica mleko
<u>CZWARTEK</u>	Pieczarkowa z ziemniakami i jarzynami, zabieleną Potrawka z kurczaka z jarzynami i ryżem Papryka Kompot wielowocowy Jabłko	udzik z /k, pieczarki, cebula, masło, jarzyny, ziemniaki pierś drobiowa, jarzyny, kukurydza, ryż, skrobia, natka Papryka porzeczka, truskawka, jabłko, cukier	300 ml 250g 30g 90 g 200 ml 1 szt	jajka, mleko, seler, jogurt

Dzień tygodnia	Obiad	Składniki	Gramatura	Alergeny
----------------	-------	-----------	-----------	----------

<u>PIĄTEK</u>	Grochowa z ziemniakami i jarzynami Makaron z truskawkami i jogurtem Ser półtłusty Napój z mięty Śliwki	udzik,groch suchy,ziemniaki,jarzyny makaron muszla ,truskawki,jogurt ,cukier ser półtłusty, cukier waniliowy smięta/saszetka	300 ml 220g 40g 200 ml 2 szt	seler gluten,mleko mleko
<u>PONIEDZIAŁEK</u>	Krem z buraka pieczonego z jarzynami i jogurtem Pierogi z mięsem okraszone cebulką Papryka żółta i zielona-paski Kompot z jabłek z koprem włoskim Brzoskwinia	udzik,buraki,jarzyny,parmezan,jogurt mąka,jajka,wieprzowina,cebulka,olej papryka jabłka,cukier,koper włoski	300 ml 250g 40g 200 ml 1 szt	seler,mleko, pszenica,jajka,seler
<u>WTOREK</u>	Ogórkowa z ziemniakami,jarzynami ,zabielana Gulasz wołowy Mix kasz-prażone Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem Soczek multivitamina Jabłko	udzik,ogórki kiszone,ziemniaki,jarzyny,jogurt wołowe,cebulka,soczewica czerwona kasza: bulgur,gryczana,jęczmienna kapusta czerwona,jabłko,marchewka Soczek w kartoniku	300 ml 80g/50ml s-30g/ 70g 195 ml 1szt	mleko
<u>ŚRODA</u>	Kapuśniak z św. kapusty z jarzynami,pomidorami Eskalopki drobiowe z sezamem Ryż z kurkumą Surówka z pora z jogurtem i kielkami Kompot ze śliwek Morele	udzik,biała kapusta,konc.pom, jarzyny, ziemniaki udziec z indyka,sezam,cebula tarta , jajka,olej ryż biały , kurkuma por,marchewka,kukurydza kon,pomidorki kok,jogurt,kielki słonecznika śliwki , cukier	300 ml 90g s-35g 80g 200ml 2szt	seler jajka,pszenica,sezam mleko,
<u>CZWARTEK</u>	Pomidorowa z makaronem,jarzynami i natką,zabielana Kotlet mielony pieczony Ziemniaki z koperkiem Mizéria ze szczypiorem i jogurtem Kompot z jabłek z koprem włoskim Gruszka	udzik,makaron nitki,jarzyny,natka,kon.pomi.,jogurt wieprzowo-drobiowe,jajka,kasza manna,cebula,bulka tarta,olej ziemniaki, koper ogórki , szczypior,jogurt jabłka, koper włoski	300 ml 100g 100g 110g 1 szt	seler,mleko,pszenica,jajka pszenica,jajka, mleko,

UWAGI: Jadłospis może ulec zmianie z uwagi na dostawy towarów
 Jadłospis uwzględnia sezonowość produktów , stan zdrowia dzieci - produkty wzmacniające odporność
 W/W- wyroby własnoręczne / nie od producenta
 Do zup , surówek , sosów -dodawane jest siemie lniane ,pestki (dyni,słonecznika)
 Do zabielania zup ,dodatki do surówek - jogurt 2%
Zupy gotowane są na wywarze z udzików drobiowych trybowanych , warzywa zapiekane w piecu konwekcyjno parowym