

JADŁOSPIS

dzieci

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny
-----------------------------	-------	------	----------

poniedziałek, 10 luty 2025.

▶ śniadanie			
● Parówki z szynki 100 % mięsa.	50 g.		Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Seler, Gorczyca
● Chleb graham z masłem.	20 g.		Zboża zawierające gluten, mleko
● Pomidorki koktailowe , ogórek zielony.	20 g.		
● Herbata malinowa.	200 ml.		
▶ obiad / I danie			
● Zupa jarzynowa.	350 ml.		Zboża zawierające gluten, Mleko, Seler
▶ obiad / II danie			
● Makaron spaghetti durum.	150 g.		Zboża zawierające gluten, Mleko
● Sos do spaghetti mięsno - warzywny.(pomidory , pieczarki ,cebula.)	130 ml.		zboża zawierające gluten
● Sok jabłkowy z wodą mineralną.	200 ml.		
▶ obiad / deser			
● Banan	90 g.		
▶ podwieczorek			
● Mus jabłkowo- truskawkowy.	200 g.		
● Woda smakowa.	500 ml.		

wtorek, 11 luty 2025.

▶ śniadanie			
● Bułka razowa z masłem	1 szt.		Zboża zawierające gluten, Soja, Sezam, Mleko, Jaja
● Ser żółty Babuni	20 g		mleko
● Szynka wiejska	20 g		seler,mleko,soja,gorczyca
● Ogórek	10 g		
● Sałata lodowa	10 g		
● Papryka czerwona	10 g		
● Herbata cytrynowa.	200 ml.		
▶ obiad / I danie			
● Zupa pomidorowa z ryżem.	350 ml.		Zboża zawierające gluten, Mleko, Seler
▶ obiad / II danie			
● Ziemniaki z koperkie.	120 g.		Mleko
● Ryba Łosoś z pieca.	130 g.		Ryba łosoś
● Surówka z kiszanej kapusty,marchewki, jabłka, natki pietruszki.	150 g.	
● Sok jabłkowy z wodą mineralną	200 ml.		
▶ podwieczorek			
● Bułeczka z budyniem.	1 szt.		zboża zawierające gluten,jaja,mleko
● Sok 100 % multivitamina.	300 ml.		

JADŁOSPIS

dzieci

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny
-----------------------------	-------	------	----------

środa, 12 luty 2025.

☞ śniadanie			
● Bułka razowa kajzerka	1 szt.		Zboża zawierające gluten
● SER RYCKI	20 g		mleko
● Szyńka z piersi kurczaka	20 g		soja ,gorczyca ,seler,mleko
● Ogórek	10 g		
● Sałata	10 g		
● Pomidor	10 g		
● Herbat z żurawiny.	200 ml.		
▶ obiad / I danie			
● Kapuśniak ze słodkiej kapusty.	350 ml.		Zboża zawierające gluten, Seler,mleko
▶ obiad / II danie			
● Ziemniaki puree.	150 g.		Mleko
● Kotlet Schabowy z pieca.	120 g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja
● Mizeria ze świeżych ogórków z jogurtem naturalnym .	150 g.	
● Kompot z wiśni.	200 ml.		
▶ podwieczorek			
● Mus 100% jabłkowo- morela.	200 ml.		
● Sok multiwitamina 100%	300 ml.		

czwartek, 13 luty 2025.

▶ śniadanie			
● Bułka razowa z masłem	1 szt.		Zboża zawierające gluten, Soja, Sezam, Mleko, Jaja
● Ser żółty Gouda	20 g		Mleko
● Szyńka wiejska	20 g		seler ,mleko, soja,gorczyca
● sałata masłowa	10 g		
● ogórek	10 g		
● Herbata malina- cytryna.	200 ml.		
▶ podwieczorek			
● Woda źródlana niegazowana.	500 ml.		
● Rogal z czekoladą.	1 szt.		zboża zawierające gluten,mleko,jaja,
▶ obiad / I danie			
● Zupa pieczarkowa z ziemniakami.	350 ml.		Seler
▶ obiad / II danie			
● Kasza bulgur	120 g.		
● Gulasz z indyka z warzywami.	120 g.		Zboża zawierające gluten
● Sałata Lodowa z szczypiorkiem.	150 g.		
● Sok jabłkowy z wodą mineralną	200 ml.		
▶ obiad / deser			

JADŁOSPIS

dzieci

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny
● Gruszka	90 g.		

piątek, 14 luty 2025.

▶ śniadanie			
● Bułka grahamka z masłem.	50 g.		Zboża zawierające gluten, Soja, Sezam, Mleko, Jaja, Orzechy, Gorczyca
● Ser żółty Salami.	20 g		Soja, Sezam, Mleko, Jaja, Seler, Orzeszki ziemne, Gorczyca
● Szynka wiejska	20 g		soja,gorczyca ,mleko,seler
● Sałata lodowa	10 g		
● Papryka czerwona	10 g		
● Szczypiorek	5 g		
▶ obiad / I danie			
● Barszcz biały z jajkiem ,mięsem.	350 ml.		Mleko, Seler,jajko.
▶ obiad / II danie			
● Pierogi ruskie z cebulką.	300 g.		Zboża zawierające gluten, Mleko
● Kefir 2% tłuszczu	200 ml.		Mleko
● kompot z truskawek	200 ml.		
▶ podwieczorek			
● Batoni dobra kaloria.	35 g.		Zboża zawierające gluten, Jaja,orzechy,sezam
● Woda smakowa.	500 ml.		