

Jadłospis

ważny od 24-06-2024 do 28-06-2024

Poniedziałek

Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku (200g), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6 g), kielbasa szynkowa(20g), sałata i papryka żółta(30g), herbata z cytryną (150ml). 2 - śniadanie - jabłko (80-100 g) alergeny - 1,7
Obiad	Zupa wielowarzywna na mięsie (250 ml), pulpeciki z indyka w sosie koperkowym(120 g), kasza jęczmienna(100 g), sałatka z ogórka kiszzonego i jabłka (100 g), mięta / woda (150 ml). alergeny - 1,3,7,9
Podwieczorek	Koktajl jogurtowo - truskawkowo - bananowy(200ml), biszkopty(20g), nektarynka (70 g). alergeny - 1,7

Wtorek

Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Pieczywo mieszane (60 g), masło (6 g), kielbasa żywiecka(20g), sałata i pomidor malinowy(30g), kawa mleczna(150 ml). 2- śniadanie - banan(80-100 g) alergeny - 1,7
Obiad	Barszcz biały na kielbasce (250ml), krokiety z mięsem (250g), surówka z młodej kapusty z marchewką(100g), kompot owocowy/woda (150ml). alergeny - 1,3,7,9
Podwieczorek	Chlebek wieloziarnisty(35g) z masłem (5g) polędwica drobiowa(20g), papryka czerwona (30g), herbatka owocowa(150ml), arbuz(70 g). alergeny - 1,7

Środa

Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Płatki orkiszowe na mleku (200 g), pieczywo mieszane (35 g) z masłem (6 g), schab pieczony (20 g), sałata i ogórek zielony(30 g), herbata owoce leśne (150 ml). 2 - śniadanie - brzoskwinie(80-100g) alergeny - 1,7
Obiad	Zupa brokułowa na mięsie (250 ml), bitki schabowe w sosie własnym (120g), kasza bulgur(100g), buraczki na ciepło(100 g), kompot owocowy/woda (150 ml). alergeny - 1,7,9
Podwieczorek	Muffinka cytrynowa - wypiek własny (60g), kakao(150ml), jabłko(70 g). alergeny - 1,3,7

Czwartek

Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Pieczywo mieszane (60g) z masłem (6g), polędwica sopocka(15 g), ser żółty (15 g), sałata i ogórek kiszony (30 g), kakao (150 ml). 2- śniadanie - arbuz (80-100 g) alergeny - 1,7
Obiad	Zupa zaciekowa na mięsie (250 ml), zapiekanka mięsno warzywna z makaronem(300g), rukola i roszponka w sosie miodowo musztardowym(100g), lemoniada/woda (150 ml). alergeny - 1,7,9
Podwieczorek	Bułeczka (35g) z masłem (6g), pasta z suszonych pomidorów(30 g), banan(70 g). alergeny - 1,7

Piątek

Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (200 g) pieczywo mieszane (35 g) z masłem (6 g), salami(20g), sałata i pomidor (30g), herbata z cytryną (150 ml). 2-śniadanie- nektarynka(80-100 g) alergeny - 1,7
Obiad	Zupa kalafiorowa na mięsie (250 ml), dorsz duszony z warzywami(120g), ziemniaki (150g), surówka wiosenna(100 g), rumianek/woda (150 ml). alergeny - 1,3,4,7,9
Podwieczorek	Kisiel owocowy (250ml), herbatniki (30g), jabłko(70g). alergeny - 1,7