

JADŁOSPIS GRUDZIEŃ2023

	TYDZIEŃ I	POSIŁEK	G	Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji
piątek	1.12.	- filety rybne panierowane - ziemniaki - surówka z kapusty kwaszonej - woda - jabłka	85 200 85 200ml	-gluten, ryba
	TYDZIEŃ II	POSIŁEK		
poniedziałek	4.12.	- zupa pomidorowa: - włoszczyzna - konc. pomidorowy - śmietana 18% - ryż - porcje rosółowe - pieczywo mieszane - banan	100 20 15 100 40 30	- seler, gluten, mleko,
wtorek	5.12.	- gulasz wieprzowy: - karkówka - kasza gryczana - surówka - buraczki - woda - jabłka	100 80 85 200ml	- seler, gluten, mleko
Środa	6.12.	- udko z kurczaka - ziemniaki - marchew mini - woda - czekoladka	120 200 80 200ml	
czwartek	7.12.	- krupnik - włoszczyzna - kasza j. - pieczywo mieszane - jogurt pitny	100 50 15 30	- seler, gluten, fasola -gluten -mleko
piątek	8.12.	- filety rybne panierowane - ziemniaki - surówka z kapusty kiszzonej - woda - mandarynka	85 200 85 200ml	- gluten, ryba
	TYDZIEŃ III	POSIŁEK		
poniedziałek	11.12.	- zupa ogórkowa - ogórek kiszony	70	- seler, gluten, mleko

		- włoszczyzna - śmietana 18% - nać pietruszki - pieczywo mieszane - banan	100 15 3 30	
wtorek	12.12.	-sos spaghetti - łopatka - makaron - konc. pom. - włoszczyzna - woda - jabłko	100 100 20 75 200ml	-gluten, jaja
środa	13.12.	- kopytka - gulasz mięsno-pieczarkowy - sałatka szwedzka - woda - jabłko	200 100 85 200ml	-gluten , jaja -seler, gluten, mleko
czwartek	14.12.	- zupa kapuśniak: - włoszczyzna - kapusta kiszona - kiełbasa - bułka - masło - ser żółty	60 50 25 10 25	- seler, gluten, -gluten -mleko -mleko
piątek	15.12.	- filety rybne w cieście naleśnikowym - ziemniaki - surówka z kapusty kiszonej - woda - mandarynka	85 200 85 200ml	- gluten, ryba
	TYDZIEŃ IV	POSIŁEK		
poniedziałek	18.12.	- biały barszcz: - włoszczyzna - ziemniaki - śmietana 18% - jaja - pieczywo mieszane - jabłka	100 100 15 30	- seler, gluten,mleko. gorczyca - jaja
wtorek	19.12.	- pierogi ukraińskie: - sałatka szwedzka - kubuśwatter	160 200ml	- gluten, jaja
środa	20.12.	- gołąbki z mięsem i ryżem - sos pomidorowy - woda - pieczywo mieszane	185 200ml 30	

		- jabłka		
czwartek	21.12.	- barszcz czerwony - włoszczyzna - buraki - śmietana 18% - pieczywo - jogurt jogobella	75 50 15	- gluten, seler, mleko -gluten -mleko
piątek	22.12.	- filety rybne panierowane - ziemniaki - surówka z kapusty kwaszonej - woda - banan	80 210 120 200ml	-gluten, ryba
	TYDZIEŃ V	POSIŁEK		
poniedziałek	27.12.	- zupa krupnik: - włoszczyzna - kasza j. - porcje rosółowe - pieczywo mieszane - jabłka	100 50 40 30	-gluten, seler,
czwartek	28.12.	- zupa jarzynowa: - brokuły - kalafior - włoszczyzna - śmietana 18% - pieczywo mieszane - jabłka	250 50 50 100 15	-seler, gluten, mleko
piątek	29.12.	- filety rybne panierowane - ziemniaki - surówka z ogórka kiszzonego - woda	85 200 85 200ml	-gluten, ryba

Zupa	200 – 300 ml
Kotlet, filet, sztuka mięsa	80 – 100 g
Ziemniaki, kasze, makarony	100 – 150 g
surówki	50 – 80 g
Kompot, woda, herbata	200 ml
Owoc, jogurt	1 szt.
pieczywo	30 g – 1 kromka

Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn niezależnych.