

JADŁOSPIS PAŹDZIERNIK2023

	TYDZIEŃ	POSIŁEK	G	Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji
	TYDZIEŃ I	POSIŁEK	G	
poniedziałek	02.10.	- krupnik : - porcje rosółowe - włoszczyzna - kasza jęczmienna - bułka grahamka - jogurt pitny	40 75 60	-seler, gluten, -gluten -mleko
wtorek	03.10.	- kotlet pożarski : - ziemniaki - buraczki - kubuśwatter - jabłka	150 80 1	-gluten, jaja
środa	04.10.	- spaghetti : - łopatka - makaron spaghetti - koncentrat pomidorowy - włoszczyzna - woda - jabłka	100 100 10 70	-gluten, jaja
czwartek	05.10.	- zupa pomidorowa - włoszczyzna - p. rosółowe - kon. pom. - śmietana 18% - nać pietruszki - ryż - bułka - masło - ser żółty	100 45 10 20 3 20 10 25	-gluten, seler, mleko -gluten -mleko -mleko
piątek	06.10.	- filety rybne w cieście naleśnikowym : - ziemniaki - sałatka szwedzka - woda - banan	85 150 85 200ml	-gluten, ryba
	TYDZIEŃ II	POSIŁEK		
poniedziałek	09.10.	- zupa ogórkowa : - porcje rosółowe - włoszczyzna - ogórek kwaszony	45 100 70	- seler, gluten, mleko -mleko

		- śmietana 18% - nać pietruszki - bułka wrocławska - masło - polędwica miodowa - jabłka	15 3 10 25	-mleko -gluten -mleko
wtorek	10.10.	- udko z kurczaka - ziemniaki - surówka z kapusty pekińskiej, marchewki, kukurydzy - woda - banan	120 210 80 200ml	
środa	11.10.	- gulasz wieprzowy: - karkówka - kasza gryczana - warzywa - śmietana 18% - buraczki - woda - mndarynka	100 70	
czwartek	12.10.	- zupa jarzynowa: - porcje rosółowe - brokuły - kalafior - włoszczyzna - śmietana 18% - nać pietruszki - pieczywo mieszane - serek danio	40 50 50 100 15 3 30	-seler, gluten, mleko -mleko
piątek	13.10.	- filety rybne w chrupiącej panierce: - ziemniaki - surówka z kapusty kwaszonej - woda - jabłko	80 210 100 200ml	- <i>gluten, ryba</i>
	TYDZIEŃIII	POSILEK		
poniedziałek	16.10.	- czerwony barszcz: - porcje rosółowe - włoszczyzna - ziemniaki - buraki - śmietana 18% - bułka - masło - ser żółty	50 75 50 50 15	- gluten, seler, mleko -gluten -mleko -mleko

		- jabłka		
wtorek	17.10.	- pieś w sosie pieś z kurczaka - włoszczyzna - ziemniaki - śmietana 18% - surówka z ogórka i pomidora - woda - banan	100 75 150 10 85	- gluten, mleko, seler
środa	18.10.	- pierogi ukraińskie - surówka z czerwonej kapusty - sok kubuś	160 85 200ml	-gluten , jaja
czwartek	19.10.	- biały barszcz : - włoszczyzna - kiełbasa - śmietana 18% - jaja - pieczywo mieszane - gruszka	100 20 10	- seler, gluten, mleko, gorczyca -gluten
piątek	20.10.	- filety rybne w cieście naleśnikowym: - ziemniaki - surówka – marchew z groszkiem - woda - jabłka	80 210 85 200ml	- gluten, ryba
	TYDZIEŃ IV	POSIŁEK		
poniedziałek	23.10.	- kapuśniak: włoszczyzna - żeberka - kiełbasa wiejska - kapusta kiszona - pieczywo mieszane - jogurt pitny	50 40 20 50	- seler, gluten,
wtorek	24.10.	- kotlet mielony: - mięso - jaja - cebula - bułka tarta - ziemniaki - buraczki - woda - banan	80 5 3 3 150 85 200ml	-gluten, jaja

środa	25.10.	- gołąbki z mięsem i ryżem , - - sos pomidorowy - woda - pieczywo mieszane - mandarynka	160 200ml	-gluten, jaja -gluten
czwartek	26.10.	- zupa fasolowa - włoszczyzna - fasola - ziemniaki - żeberka - nać pietruszki - mąka tortowa - pieczywo mieszane - serek danio	100 40 75 45 3 5	-seler, gluten,
piątek	27.10.	- ryba w chrupiącej panierce - ziemniaki - surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka - woda - jabłka	80 150 85 200ml	-gluten, ryba
	TYDZIEŃ V	POSIŁEK		
	30.10.	- zupa ogórkowa: - włoszczyzna - ogórki kiszzone - ziemniaki - śmietana 18% - nać pietruszki - bułka - masło - szynka wędzona	100 70 75 15 3 10 25	-seler, gluten, mleko -mleko -gluten -mleko
	31.10.	- antrykot: - pierś z kurczaka - ziemniaki - marchew mini - woda - banan	100 150 80 200ml	-gluten, jaja

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.