

# Jadłospis



2024-07-01 - poniedziałek

## śniadanie

Płatki kukurydziane do mleka 20g "Mleko świeże Mleczarnia Wieprz 3,2% tłuszczu" 150g\*(1)  
Masto 10g, Dżem owocowy niskostodzony 10g, pieczywo mieszane białe i ciemne 50g \*(1),  
Herbata z cytryną i cukrem

## obiad

Zupa jarzynowa z bukietem warzyw zabieleną na wywarze jarzynowym \*(1,3,11,2) 250g  
Makaron z sosem bolońskim spaghetti z cebulką i bazylią 250g \*(2,3,11)  
Kompot z owoców mieszanych 200ml

## podwieczorek

Owoce - Jabłka, ciasteczko \*(3)

2024-07-02-wtorek

## śniadanie



Twarożek ze szczypiorkiem 50g \*(1), masło 10g \*(1), pomidor 20g,  
Pieczywo mieszane 50g \*(3), Herbata z cytryną 200ml \*(5)

## obiad

Zupa marchwianka z drobnym makaronikiem na wywarze jarzynowym 250g\*(1,11,3)  
Udziec drobiowy pieczony (bez kości) 80g  
Zielona sałatka ze śmietanką 60g \*(1)  
Ziemniaki 100g  
Kompot owocowy 200ml



## podwieczorek

Owoc : Kisiel owocowy 150g \*(3) Owoc: Brzoskwinia Ufo

2024-07-03- środa



śniadanie

Parówki z szynki 100g \*(11), keczup 10g, masło 10g \*(1)  
ogórek zielony 10g, Pieczywo mieszane 50g \*(3), Herbata z cytryną 150g



obiad

Kremowa zupa z białych warzyw sezonowych kalafiora, kalarepki, selera z grzankami \*(1,3,11,)250g  
Pierogi serowe - z koktajlem jogurtowym z owocami 200g \*(1,3,2)  
Kompot z owoców mieszanych 250 ml

podwieczorek Owoc - Arbuz, chrupka kukurydziana \*(3)

2024-07-04- czwartek



śniadanie

Twarożek z zielonym ogórkiem 20g \*(1), pasztecik drobiowy 20g, pomidor 20g,  
masło 10g \*(1), pieczywo mieszane 50g \*(3), Herbata z cytryną 200ml \*(5)

obiad

Rosół z makaronem, warzywami i zieloną pietruszką na wywarze drobiowym 250g\*(11,3)  
Kotlet smażony w panierce 50g \*(2,3)  
Ziemniaki gotowane 100g \*(1)  
Buraczki czerwone 50g  
Kompot z owoców mieszanych 200ml



podwieczorek Drożdżówka \*(3) ,Sok z przecieranych owoców 150ml

2024-07-05- Piątek



śniadanie

Ser żółty z dziurami 10g \*(1), pasta jajeczna 20g \*(2), pomidor 20g, masło 10g \*(1),  
butki kajzerki 50g \*(3), Herbata z cytryną 200ml \*(5)

obiad

Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną – na wywarze jarzynowym 250g (1,3,11)

Paluszki rybne z fileta morszczuka 50g \*(2,3,10)

Ziemniaki 100g,

Surówka w marchwi i jabłkach 70g \*(1)

Kompot z owoców mieszanych 150g



podwieczorek

Owoc – Banan

2024-07-08- poniedziałek



śniadanie

Płatki kukurydziane z miodem "Mleczarnia Wieprz" 3,2% tłuszczu 150g \*(1,4)

Dżem owocowy niskostodzony 10g, masło 10g \*(1)

Pieczewo mieszane 50g \*(3), Herbata z cytryną 200ml

obiad

Zupa gulaszowa z warzywami i ziemniakami 250g \*(1,3,11)

Makaron z białym serem twarogowym i musem owocowym 250g \*(1,3)

Kompot z mieszanych owoców 200ml



podwieczorek

Owoc sezonowy – Nektarynka , paluszki naturalne \*(3)

2024-07-09 wtorek

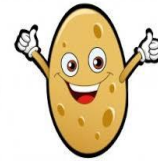


śniadanie

Weka 50g \*(3) miód pszczele 20g\*(4), masło 20g \*(1) pasta rybna 50g \*(10) ,Kawa Inka 200ml \*(1)

obiad

Zupa grysikowa z marchwią i świeżą natką na wywarze mięsnym 250g \*(1,3,11)  
Kurczak smażony w cieście 50g \*(2,3,1)  
Kapusta czerwona 50g  
Młode ziemniaki gotowane 100g  
Kompot owocowy 200ml



podwieczorek

Kolorowa kanapka z szynką i warzywami 150g (3,1)  
Herbata z cytryną 150ml\*(5)

2024-07-10 - środa

śniadanie

Pieczeń drobiowa na zimno 30g, papryka 10g, pomidor 20g, masło 10g \*(1)  
chleb razowy 50g \*(3,) ,herbata z cytryną 200ml \*(5)

obiad

Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabelana ze świeżą natką 250g \*(1,2,3,11)  
Gotówki w sosie pomidorowym 250g \*(1,2,3,11)  
Kompot owocowy 200ml

podwieczorek Witaminowa surówka z marchewki ,jabłka ,ananasa i brzoskwini 100g\*(1)  
Wafelek ryżowy \*(3)



2024-07-11 czwartek

śniadanie



Kiełbasa "Żywiecka" 20g, pomidory 20g, masło 10g \*(1),  
pieczywo mieszane 50g \*(3), Herbata z cytryną i cukrem 200ml

obiad

Zupa koperkowa z ryżem zabieleną na wywarze jarzynowym 250g \*(1,2,3,11)  
Kotlet mielony sznyceł z szynki 50g \*(1,2,3,11)  
Ziemniaki gotowane 100g  
Surówka z kapusty pekińskiej z warzywami 50g,  
Kompot owocowy 150ml



podwieczorek Naturalny jogurt grecki z granolą i mussem owocowym 100g \*(1,3)

2024-07-12 - Piątek

Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g \*(1), pomidor 10g  
ogórek zielony 10g, masło 10g \*(1), Pieczywo mieszane 50g (3),  
Herbata z cytryną 200ml \*(5)

obiad

Czerwony barszcz z ziemniakami 250g \*(1,3,2,11)  
Naleśniki z twarogiem oprószone cukrem pudrem 150g \*(3,2,1)  
Kompot owocowy z dodatkiem aronii 200ml

podwieczorek Owoce Banan ,Słomka ptysiowa\*(3)



- ZGODNIE Z INFORMACJAMI OD PRODUCENTÓW UŻYTE PRODUKTY GOTOWE
- NP(KAKAO,HERBATA ,KECZUP,KONCENTRAT POMIDOROWYPRODUKTY Z MIĘSA)
- MOGĄ ZAWIERAĆ ŚLADOWE ILOŚCI ALERGENÓW ,GLUTENU ,MLEKA ŁĄCZNIE Z LAKTOZĄ ,JAJ,SOI,ORZECHÓW,,SELERA,GORCZYCY

**Legenda - Wykaz alergenów**

- 1) Mleko i produkty pochodne
- 2) Jaja i produkty pochodne
- 3) Zboża zawierające gluten
- 4) Miód
- 5) Cytrusy
- 6) Orzechy ziemne i produkty pochodne
- 7) Orzechy tj. włoskie, migdały i produkty pochodne
- 8) Sezam i produkty pochodne
- 9) Soja i produkty pochodne
- 10) Ryby i produkty pochodne
- 11) Seler