

JADŁOSPIS GRUDZIEŃ 2023

data	śniadanie	g	alergeny	obiad	g	alergeny	podw.	g	al.
1	- pieczywo mieszane - masło - serek topiony - powidła śliwkowe - ogórek - kawa inka (200 ml) - cukier	60 10 40	- gluten - mleko	- zupa ryżowa - włoszczyzna - ryż - nać pietruszki - p. rosółowe - filety rybne panierowane: - ziemniaki - surówka z kapusty kiszanej - kompot	75 40 85 150 75	- seler - gluten, ryba	- mleko sojowo czekoladowe	330	mleko
4	- pieczywo mieszane - masło - twaróg półtłusty - jogurt naturalny - rzodkiewka - miód - herbata miętowa (200 ml)	60 10 40	- gluten - mleko - mleko - mleko - miód	- zupa pomidorowa: - włoszczyzna - konc.pom. śmietana 12% nać pietruszki - ryż - p. rosółowe - naleśniki z dżemem: - mąka - jaja - dżem - kompot	100 20 15 40	- seler, mleko, gluten -gluten jaja	- baton góralki mandarynka		
5	- pieczywo mieszane - masło - polędwica miodowa - ogórek - herbata (200 ml) - cukier - cytryna - płatki kukurydziane - mleko (200)	60 10 40 1 5 3	- gluten - mleko - mleko	- biały barszcz: - p.rosółowe - jaja - ziemniaki - włoszczyzna - czosnek śmietana 18% - gulasz wieprzowy - karkówka - kasza gryczana - surówka-buraczki - kompot	50 50 75 100 80 75	- seler, mleko, gluten, gorczyca	-bułka drożdżowa - kakao		gluten, mleko jaja mleko
6	- pieczywo mieszane - masło - polędwica	60 10 40	- gluten - mleko - mleko	- zupa szczawiowa - woszczyzna - szczaw kons.	75 30	-seler, mleko, gluten	- monte - banan		mleko

	<ul style="list-style-type: none"> miodowa -pomidor - sałata - herbata - cukier - cytryna - Mikołaj czekoladowy 	<ul style="list-style-type: none"> 40 1 5 3 		<ul style="list-style-type: none"> - śmietana 12% - jaja - udko z kurczaka: - ziemniaki - marchew mini - kompot 	<ul style="list-style-type: none"> 15 1/4 100 150 75 				
7	<ul style="list-style-type: none"> - pieczywo mieszane - masło - pasta rybna -szczypior - jaja - ogórek - ketchup - herbata malinowa (200ml) 	<ul style="list-style-type: none"> 60 10 	<ul style="list-style-type: none"> - gluten - mleko - ryba 	<ul style="list-style-type: none"> - zupa krupnik: - kasza j. - włoszczyzna - nać pietruszki - placki ziemniaczane - śmietana - jaja - cukier puder - kompot 	<ul style="list-style-type: none"> 50 75 75 	<ul style="list-style-type: none"> -seler, mleko - gluten, jaja 	<ul style="list-style-type: none"> - budyń śmietankowy - sok malinowy 		mleko
8	<ul style="list-style-type: none"> - pieczywo mieszane - masło - parówka-filet z piersi kurczaka - ketchup - herbata - cytryna - cukier 	<ul style="list-style-type: none"> 60 10 40 1 3 5 	<ul style="list-style-type: none"> - gluten - mleko 	<ul style="list-style-type: none"> - zupa z soczewicy: - włoszczyzna - soczewica - p. rosółowe - śmietana 12% - nać pietruszki - filety rybne panierowane: - ziemniaki - surówka z kapusty kiszanej - kompot 	<ul style="list-style-type: none"> 75 50 40 75 85 150 75 	<ul style="list-style-type: none"> - seler, mleko, gluten, 	<ul style="list-style-type: none"> - serek danio - jabłka 		mleko
11	<ul style="list-style-type: none"> - pieczywo mieszane - masło - ser żółty - pomidor - papryka - kakao - cukier 	<ul style="list-style-type: none"> 60 10 40 25 15 	<ul style="list-style-type: none"> - gluten - mleko - mleko - mleko 	<ul style="list-style-type: none"> - zupa ogórkowa: - włoszczyzna - ogórek kw. - śmietana 18% - nać pietruszki - jajko sadzane - mizeria - ziemniaki - kompot 	<ul style="list-style-type: none"> 100 70 15 	<ul style="list-style-type: none"> - seler, gluten, mleko - jajko - mleko 	<ul style="list-style-type: none"> - pomarańcza - krakersy 		

12	- pieczywo mieszane - masło - szynka wędzona - pomidor - sałata - herbata miętowa (200 ml)	60 10 40	- gluten - mleko	- zupa brokułowa: - p. rosółowe 40 - brokuły 70 - włoszczyzna 75 - śmietana 15 18% - sos spaghetti: - łopatką 100 - makaron 100 - konc. pom. 20 - włoszczyzna 75 - kompot		- seler, mleko,	-mandarynka -jogurt pitny		mleko
13	- pieczywo - masło - miód - dżem - herbata - cukier - cytryna - kasza manna na mleku	60 10 40 25 1 5 3	- gluten - mleko - miód -mleko	- zupa koperkowa : - włoszczyzna 100 - koper natka 15 - śmietana 18% kopytka: - sos mięsno-warzywny 150 - kompot (200ml)		-gluten, jaja	- gejjfrut - ciasteczka zbożowe z morelą		
14	- pieczywo mieszane - masło - pasztet prochowicki - ogórek - herbata - cytryna - cukier - mleko - płatki zbożowe	60 10 40 25 1 3 5	- gluten - mleko - mleko	- zupa kapuśniak: - włoszczyzna 75 - ziemniaki 50 - kapusta kiszona - sznycel warzywny: - ziemniaki - surówka z sałaty i pomidora - kompot		seler gluten mleko jaja gluten	- napój sojowo-czekoladowy		
15	- pieczywo mieszane - masło - jajecznica - kiełbasa szynkowa - sałata - pomidor	60 10 25 20	- gluten - mleko - jaja	- rosół : -włoszczyzna 60 - makaron 40 - porcje rosółowe 75 - filety rybne panierowane: - surówka z 75		- seler - gluten, jaja	- ciasto drożdżowe - sok jabłkowy		mleko, gluten, jaja

	- herbata - cytryna - cukier	1 3 5		kapusty kiszonej - ziemniaki - kompot	150				
18	- pieczywo mieszane - masło - twaróg półtłusty - jogurt grecki - rzodkiewka - powidła śliwkowe - herbata - cytryna - cukier	60 10 40 1 3 5	- gluten - mleko - mleko	- biały barszcz: - włoszczyzna - śmietana 18% - jaja - racuchy z jabłkami - mąka - jaja - cukier puder - jabłka - kompot	100 15 1/4 160	seler, gluten, mleko jaja jaja gluten,	- banan - wafle kukurydz. z polewa malinową		
19	- pieczywo mieszane - masło - parówka – filet z kurczaka - ketchup - herbata - cytryna - cukier	60 10 1 3 5	- gluten - mleko	- zupa owocowa: wiśnia - śmietana 18% - makaron - pierogi ukraińskie - sałatka szwedzka - kompot		gluten, mleko mleko gluten, jaja	- galaretka owocowa -mandarynka		
20	- pieczywo mieszane - masło - polędwica miodowa - ogórek - herbata - cukier - cytryna	60 10 40 25 1 5 3	- gluten - mleko	- zupa szczawiowa - włoszczyzna - szczaw kons - jaja - śmietana 12%. - gołąbki z mięsem i ryżem: - ziemniaki - sos pomidorowy - kompot	75 30 ¼ 15	-seler, mleko	- sok kubuś - jabłka		
21	- pieczywo mieszane - masło - polędwica miodowa - pomidor - herbata miętowa	60 10 40 25		- czerwony barszcz: - włoszczyzna - buraki - śmietana 18% - pyzy z	75 50 15	seler,mleko -gluten,jaja,	- ciasteczka zbożowe z jagodą - pomarańcza		

				mięsem: - kompot					
22	- pieczywo mieszane - masło - ser żółty - sałata - pomidor - kakao	60 10 40	- gluten - mleko - mleko	- zupa ogórkowa: - włoszczyzna - ogórek kw. - śmietana 18% - p. rosółowe - filety rybne panierowane: - ziemniaki - surówka z kapusty kwaszonej - kompot	100 70 15 40 80 150 75	seler gluten mleko gluten, ryba	- jogurt jogobella - banan		mleko
27	- pieczywo mieszane - masło - jajko (1/2) - papryka - ser żółty - herbata - cytryna - cukier	60 10 25 1 3 5		- zupa krupnik: - włoszczyzna - kasza j. - pierogi z truskawkami: - śmietana 12% - kompot (200ml)	100 20 160	seler gluten gluten, jaja	- płatki czekoladowe - mleko - pieczywo - mleko - dżem		mleko
28	- pieczywo mieszane - masło - szynka - pomidor - sałata - herbata - cytryna - cukier	60 10 40 25 1 3 5		- zupa jarzynowa: - włoszczyzna - brokuły - kalafior śmietana 12% - kopytka - sałatka warzywna - kompot	75 50 50 15	seler, mleko, gluten	- napój czekoladowy	mleko	
29	- pieczywo mieszane - masło - pasztet prochowicki - ogórek - mleko (200ml) - płatki - herbata miętowa (200ml)	60 10 40		- zupa ryżowa: - włoszczyzna - ryż - nać pietruszki - p. rosółowe - filety rybne: - surówka z ogórka kiszzonego - ziemniaki - kompot	100 40 85 75 150	seler gluten mleko gluten, ryba	- ciasteczka zbożowe - jabłka		

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Zupa	250 ml
Mięso / ryby	70 g
Ziemniaki i pochodne, tj. kasza, ryż, makaron	od 60 g do 150 g
Dania mączne	od 100 g do 150 g
Surówki i sałatki	Od 60 g do 90 g
Kompot, sok, woda	200 ml