

WTOREK

02.01.2024

Zupa z soczewicy, Pieczywo mieszane
Makaron z serem twarogowym z tłuszczem
Sok 100%
Alergeny: 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.
(II danie - węglowodany przyswajalne – 49g)

ŚRODA

03.01.2024

Krupnik ryżowy, Pieczywo mieszane
Filet drobiowy panierowany, Ziemniaki, Surówka wielowarzynna z jogurtem
Woda z cytryną
Alergeny: 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.
(II danie - węglowodany przyswajalne – 68g)

CZWARTEK

04.01.2024

Zupa kalafiorowa, Pieczywo mieszane
Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym, Kasza bulgur, Surówka z pora z marchewką
Kompot
Alergeny: 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.
(II danie - węglowodany przyswajalne – 64g)

PIĄTEK

05.01.2024

Zupa pieczarkowa z makaronem
Filet rybny panierowany, Ziemniaki, Surówka z kapusty kiszzonej
Woda z cytryną
Alergeny: 1. 3. 4. 7. 9. 10.
(II danie - węglowodany przyswajalne – 68g)

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1.Zboża zawierające gluten (m.in. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz); 2.Skorupiaki; 3.Jaja; 4.Ryby; 5.Orzeszki ziemne (arachidowe); 6.Soja; 7.Mleko; 8.Orzechy (m.in. migdały, orzechy laskowe); 9.Seler; 10.Gorczyca; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Łubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka. Jadłospis może ulec zmianie

PONIEDZIAŁEK

08.01.2024

Zupa jarzynowa, Pieczywo mieszane
Spaghetti po bolońsku z warzywami
Kompot

Alergeny: 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.
(II danie - węglowodany przyswajalne – 57g)

WTOREK

09.01.2024

Krupnik jęczmienny, Pieczywo mieszane
Kotlet schabowy, Ziemniaki, Marchewka z groszkiem
Woda z cytryną

Alergeny: 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.
(II danie - węglowodany przyswajalne – 71g)

ŚRODA

10.01.2024

Rosół z makaronem
Potrawka z kurczaka, Ryż, Surówka z ogórka kiszzonego z marchewką
Kompot

Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.
(II danie - węglowodany przyswajalne – 50g)

CZWARTEK

11.01.2024

Barszcz ukraiński z fasolą, Pieczywo mieszane
Pierogi ruskie z tłuszczem
Owoc

Woda z cytryną
Alergeny: 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.
(II danie - węglowodany przyswajalne – 84g)

PIĄTEK

12.01.2024

Zupa koperkowa z makaronem
Ryba w warzywach, Ziemniaki
(II danie - węglowodany przyswajalne – 55g)

Kompot
Alergeny: 1. 3. 4. 7. 9. 10.

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1.Zboża zawierające gluten (m.in. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz); 2.Skorupiaki; 3.Jaja; 4.Ryby; 5.Orzeszki ziemne (arachidowe); 6.Soja; 7.Mleko; 8.Orzechy (m.in. migdały, orzechy laskowe); 9.Seler; 10.Gorczyca; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Łubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka. Jadłospis może ulec zmianie

PONIEDZIAŁEK

15.01.2024

Barszcz biały z jajkiem, kiełbasą, ziemniakami, Pieczywo mieszane

Makaron z serem twarogowym z tłuszczem

Sok 100%

Alergeny: 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.

(II danie - węglowodany przyswajalne – 49g)

WTOREK

16.01.2024

Kapuśniak z białej kapusty, Pieczywo mieszane

Bitki wieprzowe duszone, Kasza gryczana, Buraczki na ciepło

Woda z cytryną

Alergeny: 1. 6. 7. 9. 10. 11.

(II danie - węglowodany przyswajalne – 44g)

ŚRODA

17.01.2024

Zupa pomidorowa z makaronem

Kotlet pożarski, Ziemniaki, Surówka wielowarzywna z jogurtem

Woda z cytryną

Alergeny: 1. 3. 7. 9. 10.

(II danie - węglowodany przyswajalne – 66g)

CZWARTEK

18.01.2024

Zupa ziemniaczana, Pieczywo mieszane

Forszmak, Ryż

Kompot

Alergeny: 1. 6. 7. 9. 10. 11.

(II danie - węglowodany przyswajalne – 48g)

PIĄTEK

19.01.2024

Zupa wiejska, Pieczywo mieszane

Paluszki rybne, Ziemniaki, Surówka z kapusty kiszzonej

Woda z cytryną

Alergeny: 1. 3. 4. 6. 9. 10. 11.

(II danie - węglowodany przyswajalne – 68g)

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1.Zboża zawierające gluten (m.in. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz); 2.Skorupiaki; 3.Jaja; 4.Ryby; 5.Orzeszki ziemne (arachidowe); 6.Soja; 7.Mleko; 8.Orzechy (m.in. migdały, orzechy laskowe); 9.Seler; 10.Gorczyca; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Łubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka. Jadłospis może ulec zmianie

PONIEDZIAŁEK

22.01.2024

Zupa grochowa, Pieczywo mieszane
Naleśniki z serem, dżemem, jogurtem

Woda z cytryną

Alergeny: 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.

(II danie - węglowodany przyswajalne – 75g)

WTOREK

23.01.2024

Rosół z makaronem

Udziec z kurczaka pieczony, Ziemniaki, Surówka wielowarzywna z olejem

Kompot

Alergeny: 1. 3. 9. 10.

(II danie - węglowodany przyswajalne – 49g)

ŚRODA

24.01.2024

Krupnik jęczmienny, Pieczywo mieszane

Filet rybny panierowany, Ziemniaki, Surówka z kapusty czerwonej z jogurtem

Woda z cytryną

Alergeny: 1. 3. 4. 6. 7. 9. 10. 11.

(II danie - węglowodany przyswajalne – 70g)

CZWARTEK

25.01.2024

Zupa ogórkowa, Pieczywo mieszane

Gulasz mięsny, Makaron, Surówka z pora z marchewką

Kompot

Alergeny: 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.

(II danie - węglowodany przyswajalne – 60g)

PIĄTEK

26.01.2024

Zupa z fasolki szparagowej, Pieczywo mieszane

Kopytka z masłem i bułką tartą

Owoc

Woda z cytryną

Alergeny: 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.

(II danie - węglowodany przyswajalne – 94g)

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1.Zboża zawierające gluten (m.in. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz); 2.Skorupiaki; 3.Jaja; 4.Ryby; 5.Orzeszki ziemne (arachidowe); 6.Soja; 7.Mleko; 8.Orzechy (m.in. migdały, orzechy laskowe); 9.Seler; 10.Gorzycza; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Łubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka. Jadłospis może ulec zmianie