

WTOREK

05.09.2023

Zupa grochowa, Pieczywo mieszane
Makaron z serem twarogowym z tłuszczem
Owoc
Woda z cytryną
Alergeny: 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.

ŚRODA

06.09.2023

Zupa koperkowa, Pieczywo mieszane
Gulasz mięsny, Ryż, Surówka wielowarzywna z olejem
Kompot
Alergeny: 1. 6. 7. 9. 10. 11.

CZWARTEK

07.09.2023

Zupa ziemniaczana, Pieczywo mieszane
Kurczak z warzywami, Kasza bulgur
Kompot
Alergeny: 1. 6. 7. 9. 10. 11.

PIĄTEK

08.09.2023

Zupa pomidorowa z makaronem
Filet rybny panierowany, Ziemniaki, Sałata z rzodkiewką
Woda z cytryną
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.Gorzyczka; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Lubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka.

DYETETYK
mgr Joanna Stępnia

PONIEDZIAŁEK

11.09.2023

Zupa z soczewicy, Pieczywo mieszane

Ryż z owocami, ze śmietaną

Kompot

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

WTOREK

12.09.2023

Rosół z makaronem

Filet drobiowy panierowany, Ziemniaki, Pomidory z jogurtem

Woda z cytryną

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

ŚRODA

13.09.2023

Krupnik jęczmienny, Pieczywo mieszane

Paluszki rybne, Ziemniaki, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką z olejem

Woda z cytryną

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

CZWARTEK

14.09.2023

Zupa jarzynowa, Pieczywo mieszane

Spaghetti po bolońsku z warzywami

Kompot

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

PIĄTEK

15.09.2023

Zupa fasolowa, Pieczywo mieszane

Kopytka z masłem i bułka tarta

Sok 100 %

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

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.Lubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka.

DIETETYK
mgr Joanna Stępnia

PONIEDZIAŁEK

18.09.2023

Barszcz czerwony z jajkiem, Pieczywo mieszane
Makaron z serem twarogowym z tłuszczem

Owoc

Woda z cytryną

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

WTOREK

19.09.2023

Zupa wiejska, Pieczywo mieszane
Kotlet pożarski, Ziemniaki, Mizeria

Woda z cytryną

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

ŚRODA

20.09.2023

Zupa brokułowa, Pieczywo mieszane
Leczo mięsno-warzywne, Ryż

Kompot

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

CZWARTEK

21.09.2023

Zupa ogórkowa, Pieczywo mieszane
Pulpety wieprzowe w sosie koperkowym, Kasza gryczana, Surówka z pora z marchewką

Kompot

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

PIĄTEK

22.09.2023

Zupa pomidorowa z ryżem
Ryba w warzywach, Ziemniaki

Woda z cytryną

Alergeny: 1. 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.Gorzycza; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i **dietytyka** 13.Lubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka.

Jadłospis może ulec zmianie
mgr Joanna Stępnia

PONIEDZIAŁEK

25.09.2023

Zupa z cukinii, Pieczywo mieszane
Spaghetti po bolońsku z warzywami

Kompot

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

WTOREK

26.09.2023

Zupa z fasolki szparagowej, Pieczywo mieszane
Pierogi ruskie z tłuszczem

Sok 100%

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

ŚRODA

27.09.2023

Rosół z makaronem
Potrawka z kurczaka, Ryż, Surówka wielowarzywna z olejem

Kompot

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

CZWARTEK

28.09.2023

Krupnik jęczmienny, Pieczywo mieszane
Kotlet mielony, Ziemniaki, Pomidory z jogurtem

Woda z cytryną

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

PIĄTEK

29.09.2023

Zupa pieczarkowa z makaronem
Filet rybny panierowany, Ziemniaki, Sałata z jogurtem

Woda z cytryną

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 **dietytyka** Lubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka.

mgr Joanna Stępnia