

JADŁOSPIS jesienno -zimowy

01.09.2020 -30.04.2021

ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK		
Bułka z masłem i dżemem. Jaglanka lub kawa inka, owoc , woda A*(1,7,5)	pomidorowa(konc.pomid,makaron,jogurt,przypr.nat.seler) ziemniaki, kotlet z piersi kurczaka lub kotlet mielony(łopatka, jaja,bułka tarta ,cebula przyprawy) sur. z kapusty(kapusta , ogórek,koper,sos winegret) kompot(owoce mrożone,cukier) A*(1,9,3,7)	Chleb razowy z masłem, szynka .ogórek, herbata z cytryną i miodem A*(1,7,)
WTOREK		
chleb z masłem jajko gotowane rzodkiewka herbata liściasta z cytryną i miodem owoc,woda A*(1,7,3)	zupa ogórkowa(ogórek kiszony,warzywa, śmiet ,przypr nat,oliwa zoliwek,ziemniaki) kasza jeczmienna gulasz wieprzowy (łopatka wp,cebula,olej, mąka ,warzyw sur. z buraczków (buraki kwasek,olej,sól,cukier) kompot(owoce,cukier) A*(1,7,9,)	ciasto jogurtowe lub zebra(mąka ,jaja,jogurt,olej,pr.do pieczenia,cukier,kakao) mleko A*(1,3,7,)
ŚRODA		
chleb z masłem szynka, warzywa do dekoracji kanapek, herbata z cytr. i miodem,owoc A*(1,,8)	zupa krupnik(ziemniaki,warzywa, kasza ,oliwa z oliwek,sól,ziemniaki) ziemniaki Klopsik z morszczuka (filet z morszczuka ,bułka razowa,olej, jaja,mąka ,sól) marchewka z jabłkiem (marchew jabłko, jogurt nat.) kisiel A*(1,9,3,4)	Ryż na mleku z jogurtem lub owocami(mleko, ryż , owoce mrożone, cukier) A*(1,7)
CZWARTEK		
chleb z masłem parówki z szynki, ketchup ,herbata z cytryną i miodem owoc A*(1,7,2,10)	Zupa szpinakowa(szpinak, warzywa, seler , oliwa z oliwek , śmietana ,koperek ,przyprawy nat,ziemniaki)makaron, sos boloński(mięso mielone, warzywa ,przypr. nat, konc. pomid) lub pyzy(mięso mielone , cebula , przypr. nat.ziemniaki) ,kompot A*(1,7,9)	Kasza manna z sosem truskawkowym (kasza manna, mleko ,truskawki lub inne owoce,cukier) A*(1,7)
PIĄTEK		
chleb mieszany pasta z makreli (makreła,konc.pomid, olej,przyprawy) ogórek kiszony herbata liściasta z cytryną i miodem owoc, woda A*(4,1)	zupa marchwiowa(ziemniaki, „ śmietana ,przyprawy natur, oliwa z oliwek,warzywa,seler,marchew ,śmietana) kluski leniwe(twaróg p/t jaja, mąka ,ziemniaki, masło ,miód) kompot A*(1,7 ,9,3)	bułka żytnia -masło , polędwica pomidor,sałata kakao/ herbata wieloowocowa A*(1,7,2)

JADŁOSPIS JESIENNO-ZIMOWY

01.09.2020-30.04.2021

ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK		
<ul style="list-style-type: none"> - chleb staropolski - masło, szynka - warzywa do dekoracji - herbata z cytryną i miodem - , woda,owoc A*(1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> - rosół z makaronem(kurczak,makaron, warzywa, przyprawy nat) - ryż na gęsto(woda sól, ryż) - kurczak gotowany lub potrawka z kurczaka - marchewka tuszona(marchewka . maselko.mąka) - kompot A>(*9,7) 	<ul style="list-style-type: none"> chalka z masłem owsianka (mleko,płatki owoc , herbatka z dzikiej róży A*(1,7,9)
WTOREK		
<ul style="list-style-type: none"> - chleb żytni , - masło, jajecznicza, pomidor, szczypiorek - herbata owocowa - owoc, woda A*(1,2,3) 	<ul style="list-style-type: none"> - zupa grochowa(ziemniaki , warzywa ,groch połówki,przyprawy naturalne -ziemniaki - klopsiki w sosie koperkowym(łopatka, cebula bułka czerstwa, przyprawy nat.) - mizeria lub kap. pekińska(ogórek , jogurt lub ,kap pek. śmietana, koperek) - kompot(owoce mrożone, cukier) A*(9,7,3) 	<ul style="list-style-type: none"> bułka żytnia jogurt owocowy(jogurt nat.,owoce, cukier) herbatka owocowa A*(7,1)
ŚRODA		
<ul style="list-style-type: none"> - bułka żytnia -herb. z cytryną i miodem - masło, filet z indyka,sałata - rzodkiewka,papr , - owoc, woda A*(7,1,) 	<ul style="list-style-type: none"> - zupa julka(ziemniaki. zacierka .warzywa . przyprawy nat.) - ziemniaki z koperkiem - filet z ryby w jajku(filet z morszczuka, jajko, przyprawy nat.) - sur. jesienna z kapusty i ogórka(kapusta , ogórek , papryka, sos winegret) - kompot(owoce mrożone, cukier) A>(*4,1,3) 	<ul style="list-style-type: none"> - makaron z sosem owocowym(makaron, jogurt nat. owoce) A*(1,)
CZWARTEK		
<ul style="list-style-type: none"> - bułka żytnia - masło, serek twarożek waniliowy - zupa mleczna - , woda A*(1,7,) 	<ul style="list-style-type: none"> - zupa kalafiorowa (ziemniaki,kalafior\,śmietana 12%, natka, marchew, przypr. nat) kasza kuskus (kasza , sól) -tuszony filet z indyka(przyprawy nat. pierś z indyka -ogórek kiszony -kompot(owoce, cukier) A*(1,7,9,) 	<ul style="list-style-type: none"> -Kisiel z owocami - ciasteczka owsiane (płatki owsiane,mleko,jabłko,lub inne owoce suszone,jajka,miód) A*(1,7,3,)
PIĄTEK		
<ul style="list-style-type: none"> - chleb żytni - masło, polędwica - sałata, pomidor - herbata z cytryną i miodem - woda A*(1,7) 	<ul style="list-style-type: none"> - barszcz czerwony(buraki, warzywa ,śmietana12%, przyprawy nat) - naleśniki z serem i polewą śmietanową(jaja, mąka , mleko,twaróg p/t, cukier, śmietana lub jogurt) - kompot - A*(1,3,7,9) 	<ul style="list-style-type: none"> - bułka musli - ser żółty, . ketchup kawa inka na mleku , owoc A*(1,7)