

JADŁOSPIS klasy 0

ŚRODA 4.05.2022

ŚNIADANIE: herbata owocowa 200ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem, pasztet 40g, ogórek kiszony 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa jarzynowa z białą kapustą 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, kapusta biała, fasolka szparagowa, liść laurowy, ziele ang., pieprz, koper), makaron z polewą truskawkową i śmietaną 300g (makaron świder, truskawki, śmietana 18%), kompot owocowy 200ml (mieszanka owocowa) (gluten, seler, mleko, jajko)

PODWIECZOREK: butka z ziarnami z serem żółtym i sałatą, woda z cytryną 200ml (mleko, gluten)

CZWARTEK 5.05.2022

ŚNIADANIE: płatki cynamonowe na mleku 200ml/ herbata z cytryną 200ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem, szynka 40g, pomidor 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa brokułowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, brokuł, śmietana 18%, natka, liść laurowy, ziele ang., pieprz), ryż 150g, leczo z kiełbasą i cukinią 150g (kiełbasa, cukinia, dynia, papryka, pomidor, groszek zielony, cebula), kompot owocowy 200ml (mieszanka owocowa) (gluten, seler, mleko, jajko)

PODWIECZOREK: jogurt owocowy, herbatniki, woda z cytryną 200ml (gluten, jajko, mleko)

PIĄTEK 6.05.2022

ŚNIADANIE: kakao/ herbata owocowa 200ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, jajko gotowane 50g, rzodkiewka (mleko, gluten, jajko)

OBIAD: Zacierkowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, zacierka, natka, liść laurowy, ziele ang., pieprz), ziemniaki 200g, paluszki rybne 100g (paluszki rybne 100% filet), surówka z kapusty kiszonej 100g (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, oliwa, pieprz), herbata z miodem i cytryną 200ml (herbata czarna, miód, cytryna) (gluten, seler, jajko, ryba, mleko)

PODWIECZOREK: ciasto z owocami, 100g, woda z cytryną 200ml (mleko, gluten, jajko)

PONIEDZIAŁEK 9.05.2022

ŚNIADANIE: herbata owocowa 200ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, ser żółty 40g, ogórek zielony 40g (mleko, gluten, jajko)

OBIAD: Zupa fasolowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, fasola sucha, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz), pierogi z serem i śmietaną 250g (mąka pszenna, jajko, twaróg półtłusty, śmietana 18%), surówka z marchewki z jabłkiem 100g

(marchew, jabłko, sok z cytryny), kompot owocowy 200ml (mieszanka owocowa) (seler, gluten, mleko, jajko)

PODWIECZOREK: bułka z ziarnami z polędwicą sopocką i sałatą, woda z cytryną 200ml (gluten, mleko)

WTOREK 10.05.2022

ŚNIADANIE: kakao/ herbata z cytryną 200ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, twaróg 30g, dżem niskosłodzony 20g (mleko, gluten, jajko)

OBIAD: Pomidorowa z ryżem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż, przecier pomidorowy, natka, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz), ziemniaki 200g, kotlet schabowy 100g (schab jajko, bułka tarta, pieprz, olej rzepakowy), młoda kapusta duszona z koperkiem 100g (młoda kapusta, koper), kompot owocowy 200ml (mieszanka owocowa) (mleko, gluten, seler, jajko)

PODWIECZOREK: deser monte 50g, bułeczka maślana, woda z cytryną 200ml (mleko, gluten)

ŚRODA 11.05.2022

ŚNIADANIE: płatki czekoladowe na mleku 200ml, herbata owocowa 200ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem, szynka 40g, papryka 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa szczawiowa z jajkiem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, kalafior, śmietana 18%, koper, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), kasza kuskus 150g, indyk w sosie śliwkowym 100g (filet z indyka, śliwki suszone, olej rzepakowy), surówka z selera 100g (seler, jabłko, sok z cytryny, jogurt) kompot owocowy 200ml (mieszanka owocowa) (gluten, seler, mleko)

PODWIECZOREK: serek homogenizowany truskawkowy 150g, wafle ryżowe 2szt., woda z cytryną 200ml (mleko)

CZWARTEK 12.05.2022

ŚNIADANIE: kakao 200ml/ herbata z cytryną 200ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem, parówki gotowane 2szt, ogórek kiszony 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa ogórkowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, ogórki kiszone, śmietana 18%, koper, liść laurowy, ziele ang., pieprz), ryż paraboliczny 150g, pulpeciki w sosie pomidorowym 100g (łopatka wieprzowa, jajko, bułka pszenna, przecier pomidorowy, mąka pszenna, cebula), surówka z pora i jabłka 100g (por, jabłko, śmietana), kompot owocowy 200ml (mieszanka owocowa) (gluten, seler, mleko, jajko)

PODWIECZOREK: galaretka owocowa, biszkopty, woda z cytryną 200ml (gluten, jajko, mleko)

PIĄTEK 13.05.2022

ŚNIADANIE: kakao/ herbata owocowa 200ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, serek almette, ogórek zielony(mleko, gluten, jajko)

OBIAD: Zupa pieczarkowa z makaronem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, pieczarka, makaron świder, natka, śmietana 18%, liść laurowy, ziele ang., pieprz), ziemniaki 200g, kotlet rybny 100g (miruna, jajko, bułka pszenna, cebula, mąka pszenna) , surówka z kapusty czerwonej 100g (kapusta czerwona, jabłko, cebula, oliwa, pieprz), herbata z miodem i cytryną 200ml (herbata czarna, miód, cytryna) (gluten, seler, jajko, ryba, mleko)

PODWIECZOREK: lekki deser ryżowo- owocowy 150g, woda z cytryną 200ml (mleko, gluten, jajko)