



Jadłospis

PONIEDZIAŁEK 20.01

Śniadanie: Mleko 2% (200g), płatki kukurydziane (15g), chleb wiejski (50g)(**pszenica, żyto**), sałata (8g), masło (5g)(**mleko**), szynka wiejska (15g), pomidor (50g), herbata malinowa (180ml).

Obiad: Zupa koperkowa z ryżem na wywarze warzywnym (250ml)(**seler, mleko**).

Strogonow z szyneczki (100g)(**pszenica**), kasza **jęczmienna** (40g), surówka z marchewki (80g), kompot (180ml), woda źródłana.

Podwieczorek: Bagietka (30g)(**pszenica**), masło (5g)(**mleko**), twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (45g)(**mleko**), jabłko (50g), herbata z cytryną (180ml).

WTOREK 21.01

Śniadanie: Bułeczka (50g)(**pszenica**), sałata (8g), masło (5g)(**mleko**), pasztet drobiowy (15g)(**pszenica, seler, soja**), ogórek kiszony (50g), kakao na **mleku** (180ml).

Obiad: Krem z marchewki z lanym ciastem na wywarze warzywnym (250ml)(**mleko, seler, jaja**).

Kotleciki z indyka (80g)(**pszenica**), ziemniaki puree (80g)(**mleko**), buraczki zasmażane (90g)(**pszenica**), kompot (180ml). Woda źródłana.

Podwieczorek: Galaretka pomarańczowa z bananami i jogurtem naturalnym (160g)(**mleko**), biszkopty (12g)(**pszenica**), herbata malinowa (180ml).

ŚRODA 22.01

Śniadanie: Mleko 2% (200g), płatki **jęczmienne** (15g), chleb **pszenny** (50g), masło(5g)(**mleko**), szyneczka drobiowa (15g), ogórek (50g), herbata z owoców leśnych (180ml).

Obiad: Zupa gulaszowa z ziemniakami (250ml)(**seler**).

Makaron kokardki z serkiem mascarpone i sosem truskawkowym (150g)(**pszenica, jaja, mleko**), kompot (180ml), woda źródłana.

Podwieczorek: : Weka (30g)(**pszenica, mleko**), masło (5g)(**mleko**), serek topiony (10g)(**mleko**), parówka drobiowa (25g), ketchup (5g), papryka (50g) herbata owocowa (180ml).



Jadłospis

CZWARTEK: 23.01

Śniadanie: Bułeczka wieloziarnista (50g)(**pszenica, żyto, owies, jęczmień**), sałata (8g), masło (5g)(**mleko**), ser królewski (15g)(**mleko**), pomidor (50g) kawa zbożowa na **mleku** (180ml).

Obiad: Rosół z kołdunami na wywarze drobiowo-wołowym (250ml)(**seler, pszenica, jaja**).

Bitki z kurczaka w sosie paprykowym (100g)(**pszenica**), ziemniaki puree (80g)(**mleko**), fasolka szparagowa zielona (80g), kompot (180ml), woda źródlana.

Podwieczorek: Bułeczka maślana (30g)(**jaja, pszenica**), masło (5g)(**mleko**), miód (10g), mandarynka (50g), herbata wiśniowa (180ml).

PIĄTEK: 24.01

Śniadanie: Chleb **pszenno-żytni** (50g), masło (5g)(**mleko**), sałata (8g), serek śmietankowy (15g)(**mleko**), pomidorki koktajlowe (50g), polędwica sopocka (15g), pasta z awokado (30g)(**mleko**), herbata malinowa(180ml).

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze warzywnym (250ml)(**seler, mleko**).

Pierogi leniwe z masłem (160g)(**pszenica, jaja, mleko**), kompot (180ml). Woda źródlana.

Podwieczorek: Panna cotta z musem malinowym (200g)(**mleko**), banan (50g), herbata z cytryną (180ml).

Alergeny w składzie posiłków są zaznaczone pogrubioną czcionką i umieszczone w nawiasie.

Kuchnia zastrzega sobie możliwość modyfikacji jadłospisu