

JADŁOSPIS bez nabiału i jaja

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 06.11.2023	<p>- chleb pszenno- żytni , ze słonecznikiem 60g (mąka <u>pszenna</u> typ 650, mąka <u>żytnia</u> typ720,<u>rozczyn</u> <u>żytni</u> typ 720, sól, woda, nasiona słonecznika, drożdże)</p> <p>- masło roślinne 10g -- Parówka (94 % mięsa) 1 szt - ketchup 10g - papryka, rzodkiewka 40g Kakao 200 ml (_Napój roślinny, kakao bez cukru, cukier)</p>	<p style="text-align: center;">Zupa kapuśniak</p> <p>(wywar mięsny: woda, szynka z indyka, skrzydełko z kurczaka/ ćwiartka z kurczaka, marchew, <u>seler</u>, pietruszka korzeń, cebula, por, czosnek, liść laurowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, lubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków (marchew, korzeń pietruszki, pasternak, <u>seler</u>, por, cebula, nać pietruszki i lubczyk); włoszczyzna: warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por; ziemniaki; kapusta; Koncentrat pomidorowy- pasteryzowany zawartość ekstraktu 30 %; pietruszka zielona, sól, papryka czerwona wędzona, pieprz, kminek, majeranek 250 ml</p>	<p style="text-align: center;">Makaron z truskawką 250g</p> <p>(<u>mąka bezglutenu</u>-truskawki mrożone, banan)</p> <p style="text-align: center;">Woda z cytryną 150 ml (woda niegazowana źródłowa, sok z cytryny)</p>	<p style="text-align: center;">Mus warzywno - truskawkowy 100ml</p>

JADŁOSPIS bez nabiału i jaja

WTOREK 07.11.2023	<p>Kanapki z miodem, warzywa - chleb pszenno – żytni 60g (mąka <u>pszenna typ 650</u>, mąka <u>żytnia typ 720</u>, <u>rozczyn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże) - rzodkiewka, ogórek świeży 40g - miód 10\5g</p> <p>Kawa zbożowa 200 ml (Napój roślinny , zboża 78% (<u>jęczmień, żyto</u>), cykorii)</p>	<p>Rosół (wywar mięsny: woda, szyjka z indyka, skrzydełko z kurczaka/ ćwiartka z kurczaka, marchew, <u>seler</u>, pietruszka korzeń, cebula, por, czosnek, liść laurowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, lubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków (marchew, korzeń pietruszki, pasternak, <u>seler</u>, por, cebula, nać pietruszki i lubczyk) kurkuma, lubczyk; marchew, makaron pszenny, nitka: mąka <u>pszenna makaronowa</u>; natka pietruszki, sól, pieprz) 250 ml</p>	<p>Filet kurczaka 70g (filet z kurczaka, sól, pieprz, czerwona papryka, czosnek, tymianek, zioła prowansalskie, olej rzepakowy)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 130g (ziemniaki, koperek, sól)</p> <p>Jarzynka – (kalafior, brokuł, marchewka)</p> <p>Kompot 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p>Kisiel porzeczkowy 150g Chrupki kukurydziane 20g</p>
ŚRODA 08.11.2023	<p>Kanapki pasta rybną, pomidor: - chleb pszenno- żytni 60g (mąka <u>pszenna typ 650</u>, mąka <u>żytnia typ 720</u>, <u>rozczyn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże; chleb graham: mąka pszenna graham, <u>rozczyn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże) - masło roślinne 10g - pomidorowa pasta rybna 30g (ryba makrela, ser biały półtłusty, <u>mleko pasteryzowane</u>, kultury mleczarskie, koncentrat pomidorowy, koperek świeży, pieprz, sól, papryka czerwona) - szynka 10g -pomidor, roszonek, papryka – 40g (ogórki, woda, sól)</p> <p>Herbata owocowa 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich; herbata malinowa:owoc maliny (60%0, kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, naturalny aromat)</p>	<p>Zupa dyniowa z ziemniakami ((Bulion jarski: woda, marchew, <u>seler</u>, pietruszka korzeń, cebula, por, czosnek, olej rzepakowy/ masło klarowane, liść laurowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, lubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków (marchew, korzeń pietruszki, pasternak, <u>seler</u>, por, cebula, nać pietruszki i lubczyk), kurkuma; dynia piżmowa, ziemniaki, marchew, cebula, śmietana 18% : <u>śmietanka</u>, żywe kultury bakterii <u>kwasu mlekowego</u>; włośzczyzna: warzywa suszone 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por;; lubczyk) 250 ml</p>	<p>Pulpety drobiowe z sosem pomidorowym 130g (udziec z indyka b/kości, łopatka wieprzowa, pulpa pomidorowa, , sól; czosnek, cebula, ziele angielskie, liść laurowy, papryka czerwona, mielona słodka; warzywa suszone: marchew, pasternak, pietruszka, cebula, por, papryka słodka, , lubczyk, kolendra, majeranek, oregano, bazylija, papryka ostra, pieprz czarny, cukier, sól ; olej rzepakowy, <u>mąka pszenna typ 550</u>, pieprz, sól)</p> <p>Kasza gryczana 100g</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty 70g (czerwona kapusta, cebula, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny, pieprz, sól)</p> <p>Kompot 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	<p>Gruszka 100g</p>

JADŁOSPIS bez nabiału i jaja

CZWARTEK 09.11,2023	<p style="text-align: center;">Kasza manna na mleku 200 ml (Napój roślinny ; <u>kasza manna</u>),</p> <p style="text-align: center;">Kanapki z polędwicą drobiową i ogórkiem, sałata - chleb pszenno – żytni 60g (<u>mąka pszenna typ 650</u>, <u>mąka żytnia typ 720</u>, <u>rozczyzn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże) - polędwica drobiowa 20g - masło roślinne 10g - ogórek świeży, sałata 40g</p> <p style="text-align: center;">Herbata 200 ml (woda, mieszanka czarnych herbat celjońskich i indyjskich)</p>	<p style="text-align: center;">Zupa fasolowa z ziemniakami ,zabielana (wywar jarski :woda, marchew, <u>seler</u>, pietruszka korzeń, cebula, por, czosnek, olej rzepakowy/ masło klarowane, liść laurowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, lubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków, kurkuma; ziemniaki, fasolka szparagowa, kalafior, groszek zielony; włoszczyzna: warzywa 100% w różnych proporcjach: marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por; jogurt naturalny: mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz Lactobaccillus acidophilus i Bifidobacterium lactis) 250 ml</p>	<p style="text-align: center;">Łazanki 100g (łopatka i szynka wieprzowa, kapusta kiszona: kapusta biała młoda, sól; cebula , pulpa pomidorowa, czosnek, majeranek, bazylija, oregano, zioła prowansalskie, liść laurowy, ziele angielskie, olej rzepakowy, sól, pieprz, kminek)</p> <p style="text-align: center;">Makaron pszenny 120g (makaron pszenny: <u>mąka pszenna durum</u>, woda, kurkuma;, sól)</p> <p style="text-align: center;">Kompot 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	Mus buraczkowo - jablkowy
PIĄTEK 10.11,2023	<p style="text-align: center;">Kanapki z szynką: - chleb graham, chleb pszenno żytni 60g (<u>mąka pszenna typ 650</u>, <u>mąka żytnia typ 720</u>, <u>rozczyzn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże; chleb graham: mąka pszenna graham, <u>rozczyzn żytni typ 720</u>, sól, woda, drożdże) - masło roślinne 10g - szynka drobiowa 25g - pomidor bez skóry, szczypiorek 40g</p> <p style="text-align: center;">Kawa zbożowa 200 ml (Napój roślinny , zboża 78% (<u>jęczmień</u>, <u>żyto</u>), cykoria)</p>	<p style="text-align: center;">Zupa ogórkowa z ryżem (Bulion jarski: woda, marchew, <u>seler</u>, pietruszka korzeń, cebula, por, czosnek, olej rzepakowy/ masło klarowane, liść laurowy, pieprz czarny ziarnisty, ziele angielskie, lubczyk suszony, kozieradka, suszone warzywa bez dodatków (marchew, korzeń pietruszki, pasternak, <u>seler</u>, por, cebula, nać pietruszki i lubczyk), kurkuma; ogórki kiszone: woda, ogórki, liść laurowy, chrzan, sól, pieprz, ; ryż biały; pietruszka zielona, przyprawy: pieprz ziarnisty, ziele angielskie, liść laurowy, sól, lubczyk) 250 ml</p>	<p style="text-align: center;">Filet rybny bez panierki 80g Ziemniaki z koperkiem 130g (ziemniaki, koperek, sól)</p> <p style="text-align: center;">Surówka z kiszonej kapusty 70g (kapusta kiszona: kapusta biała młoda, sól; marchew, cebula, sól, pieprz, olej rzepakowy)</p> <p style="text-align: center;">Ziemniaki z koperkiem 130g (ziemniaki, koperek, sól)</p> <p style="text-align: center;">Kompot 150 ml (woda, mieszanka kompotowa: agrest, aronia, śliwka, rabarbar, wiśnia, truskawka, porzeczka czerwona; cukier)</p>	Banan 100g

JADŁOSPIS bez nabiału i jaja