

JADŁOSPIS WRZESIEŃ2023

	TYDZIEŃ I	POSIŁEK	G	Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji
	TYDZIEŃ I	POSIŁEK	G	
piątek	01.09.	- krupnik : - porcje rosółowe - włoszczyzna - kasza jęczmienna - pieczywo	40 75 60	-seler, gluten, -gluten
	TYDZIEŃ II	P O S I Ł E K	G	
poniedziałek	04.09.	- rosół : - makaron - porcje rosółowe - włoszczyzna - pieczywo - masło - ser żółty	100 40 75 30 10 25	-seler -gluten, jaja -gluten -mleko - mleko
wtorek	05.09.	- antrykot : - pierś - ziemniaki - buraczki - woda	100 150 85 200ml	-gluten, jaja
środa	06.09.	- spaghetti : - łopatką - makaron spaghetti - koncentrat pomidorowy - włoszczyzna - woda - jabłka	100 100 10 70 200ml	-gluten, jaja
czwartek	07.09.	- zupa ogórkowa - włoszczyzna - ogórki kiszone - ziemniaki - śmietana 18% - nać pietruszki - pieczywo - jogurt pitny	100 70 75 15 3	-gluten, seler, mleko -mleko
piątek	08.09.	- filety rybne w cieście naleśnikowym : - ziemniaki - surówka z kapusty pekińskiej , marchewki, kukurydzy - woda	85 150 85 200ml	-gluten, ryba

	TYDZIEŃ III	POSIŁEK		
poniedziałek	11.09.	- zupa pomidorowa : - porcje rosółowe - włoszczyzna - konc. pomidorowy - śmietana 18% - makaron - bułka wrocławska - masło - ser żółty	45 100 10 20 20 25 10 25	- seler, gluten, mleko -mleko -gluten, jaja -gluten -mleko -mleko
wtorek	12.09.	- udko z kurczaka - ziemniaki - marchew mini - sok jabłkowy	120 210 80 1szt.	
środa	13.09.	- gulasz wieprzowy: - karkówka - makaron - warzywa - śmietana 18% - woda - banan	100 70	
czwartek	14.09.	- zupa jarzynowa: - porcje rosółowe - brokuły - kalafior - włoszczyzna - śmietana 18% - nać pietruszki - pieczywo mieszane - mandarynka	40 50 50 100 15 3 30	-seler, gluten, mleko
piątek	15.09.	- filety rybne w chrupiącej panierce: - ziemniaki - surówka z kapusty kwaszonej - woda - jabłko	80 210 100 200ml	- <i>gluten, ryba</i>
	TYDZIEŃ IV	POSIŁEK		
poniedziałek	18.09.	- czerwony barszcz: - porcje rosółowe - włoszczyzna - ziemniaki - buraki - śmietana 18% - bułka - masło - ser żółty	50 75 50 50 15	- gluten, seler, mleko -gluten -mleko -mleko

wtorek	19.09.	- pierś w sosie pierś z kurczaka włoszczyzna - ziemniaki - śmietana 18% - surówka z ogórka i pomidora - sok kubuś	100 75 150 10 85 1	- gluten, mleko, seler
środa	20.09.	- pierogi ukraińskie - surówka z czerwonej kapusty - woda - jabłka	160 85 200ml	-gluten , jaja
czwartek	21.09.	- biały barszcz : - włoszczyzna - biała kiełbasa - śmietana 18% - jaja - pieczywo mieszane - banan	100 20 10	- seler, gluten, mleko, gorczyca -gluten
piątek	22.09.	- filety rybne w cieście naleśnikowym: - ziemniaki - surówka – marchew z groszkiem - woda - jabłka	80 210 85 200ml	- gluten, ryba
	TYDZIEŃ V	POSIŁEK		
poniedziałek	25.09.	- kapuśniak: włoszczyzna - żeberka - kiełbasa wiejska - kapusta kiszona - pieczywo mieszane - jogurt pitny	50 40 20 50	- seler, gluten,
wtorek	26.09.	- kotlet mielony: - mięso - jaja - cebula - bułka tarta - ziemniaki - buraczki - woda - jabłka	80 5 3 3 150 85 200ml	-gluten, jaja
środa	27.09.	- gołąbki z mięsem i ryżem, -	160	-gluten, jaja

		- sos pomidorowy - woda - pieczywo mieszane - banan	200ml	-gluten
czwartek	28.09.	- zupa ogórkowa - włoszczyzna - ogórki kiszzone - ziemniaki - smietana 18% - nac pietruszki - pieczywo mieszane - serek danio	100 70 75 15 3	-seler, gluten, mleko
piątek	29.09.	- ryba w chrupiącej panierce - ziemniaki - surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka - woda	80 150 85 200ml	-gluten, ryba

Zupa	200 – 300 ml
Kotlet, filet, sztuka mięsa	80 – 100 g
Ziemniaki, kasze, makarony	100 – 150 g
surówki	50 – 80 g
Kompot, woda, herbata	200 ml
Owoc, jogurt	1 szt.
pieczywo	30 g – 1 kromka

Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn niezależnych.