

Jadłospis - Zerówka

Piątek 01.03.2024r.

Śniadanie:

Płatki kukurydziane na mleku -7 (mleko 2 % , płatki kukurydziane(orzeszki ziemne, orzechy), Bułka duża z masłem, pasta jajeczna, szczypior – 1,3,7 (bułka (pszenica),masło (mleko) jaja, ser biały(mleko) jogurt naturalny(mleko) szczypior) Kawa inka na mleku – 1, 7 (mleko), jęczmień, kawa inka, miód)

I danie:

Zupa jarzynowa – 7,9 (woda, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, mieszanka warzywna , śmietana słodka(mleko), por, przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Kasza jęczmienna, sos koperkowy, klopsiki rybne -1,3,4,7(kasza jęczmienna, ryba, jaja, mąka(pszenica), bułka tarta(pszenica), olej, koper, śmietana słodka(mleko) przyprawy: sól, pieprz) Surówka kolorowa(kapusta, marchewka, pietruszka, jabłko, cebula, natka pietruszki, przyprawy: sól, pieprz, ogórek, pomidor, papryka czerwona, rzodkiewka, olej) Woda z cytryną,

Podwieczorek

Brzoskwinia, ananas, jabłko z jogurtem naturalnym (mleko)- 7

Poniedziałek 04.03.2024r.

Śniadanie:

Płatki czekoladowe na mleku -1,7 (mleko 2%, płatki czekoladowe) Rogal z masłem i dżemem -1,7 (rogal pszenny, masło(mleko)dżem, Kakao– 7 (mleko 2%, kakao, miód)

I danie

Zupa brokułowa -7,9 (woda, , marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, brokuł, śmietana słodka(mleko)por, przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Makaron z serem – 1,7 (makaron(pszenica) ser biały(mleko), masło(mleko) Surówka z selera i jabłka z rodzynkami – 9 (seler, jabłko, rodzyнки) Jogurt owocowy – 7 (jogurt naturalny(mleko), owoce) Owoc

Podwieczorek

Drożdżówka – 1,3,7(mleko, jaja, cukier, drożdże, owoce, mąka pszenna) herbata z cytryną(herbata, miód, cytryna)

Wtorek 05.03.2024r.

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku – 1,7 (mleko 2%, płatki owsiane), Chleb z masłem, ser biały, szczypior – 1, 7 (chleb zwykły (pszenica, żyto) ser biały (mleko) masło (mleko), szczypior), Kawa zbożowa – 1,7 (mleko 2%, kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto, miód)

I danie:

Zupa porowa z kaszą kuskus -7,9 (woda, ziemniaki, seler, pietruszka, kasza kuskus, por, marchewka, koper, śmietana słodka 18% (mleko) przyprawy – sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

II danie

Kluski śląskie -3 (mąka ziemniaczana, jaja, ziemniaki) Pieczeń rzymska w sosie własnym- 1,3,7 (łopatka, bułka tarta(pszemica), (jaja), cebula, kasza manna, mąka (pszenna), przyprawy: sól, pieprz, majeranek, śmietana słodka(mleko), olej) Kapusta czerwona zasmaża (kapusta czerwona, ocet winny jabłkowy, olej, cebula) Kompot (porzeczka, wiśnia, woda, miód)

Podwieczorek

Budyń czekoladowy – 1,7 (mleko 2%, kakao, mąka(pszenna) i ziemniaczana, miód) owoc

Środa 06.03.2024r.

Śniadanie:

Zacierka na mleku- 1,7, (mleko 2%, makaron zacierka(pszemica)), Chleb żytni z masłem, pasta z awokado z jakiem i szczypiorkiem- 1,3,7(chleb żytni (żyto , masło(mleko), jaja, awokado, szczypior, cytryna) Kawa inka na mleku – 1,7(kawa inka, (mleko) miód,(jęczmień)

I danie

Zupa ryżowa - 9(woda, marchew, (seler), pietruszka, ryż, por, przyprawy: sól, pieprz, natka pietruszki, kurczak)

II danie

Ziemniaki, kotlet mielony pieczony – 1,3(ziemniaki, łopatka, cebula, olej, bułka tarta(pszenna), jaja, sól, pieprz)Surówka wielowarzywna (kapusta pekińska, kapusta czerwona, marchew, natka pietruszki, ogórek, pomidor, rzodkiewka, papryka czerwona, przyprawy: sól, pieprz, cytryna, olej) Woda c cytryną

Podwieczorek

Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem – 7 (ryż, jabłko, cynamon, masło (mleko), śmietana kwaśna 18% (mleko), cukier)

Czwartek 07.03.2024r.

Śniadanie:

Kasza manna na mleku -7(kasza manna, mleko 2%), Bułka z masłem, szczypior, pomidor, ogórek , kabanos-1,7 (bułka(pszenna), masło(mleko, pomidor, ogórek, szczypior, kabanos), Bawarka na mleku – 1,7 (mleko 2%, herbata, miód)herbata owocowa

I danie

Zupa ogórkowa – 7,9 (woda, ziemniaki, ogórek kiszony, śmietana słodka(mleko), seler, marchew, pietruszka, natka pietruszki, przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Ryż, mięso szarpane drobiowe(ryż, pałka z kurczaka, papryka słodka, sól, pieprz, olej) marchewka z groszkiem – 7(marchew, groszek, masło(mleko), śmietana słodka (mleko)

Podwieczorek

Gofry z frużeliną z wiśni– 3,7 (mleko 2% , mąka, jaja, wiśnia, proszek do pieczenia), Herbata owocowa, sałatka owocowa

Piątek 08.03.2024r.

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku – 1,7(mleko), płatki owsiane) Chleb z masłem, wędlina, pomidor, szczypior 1,7(chleb zwykły(pszenica, żyto)wędlina, pomidor)Kawa inka na mleku -1,7(mleko), kawa inka, miód)

I danie

Zupa szczawiowa z jajkiem – 3,7,9 (woda, ziemniaki, seler, pietruszka, szczaw, jaja, marchewka, koper, śmietana słodka 18% (mleko)przyprawy – sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

II danie

Ziemniaki, ryba po parysku – 1,3,4(ziemniaki, (ryba) morszczuk, (jaja), mąka(pszenna), olej, przyprawy: sól, pieprz) Surówka z kiszonej kapusty (kapusta kiszona, cebula, natka pietruszki, marchew, oliwa z oliwek) Kompot (woda, porzeczka mrożona, wiśnia, miód)

Podwieczorek

Ciasto drożdżowe z owocami – 1,3,7(mleko), drożdże, jaja, mąka(pszenica), owoce, masło(mleko) herbata owocowa

Poniedziałek 11.03.2024r.

Śniadanie:

Ryż na mleku-1,7 (mleko 2%, ryż), Chałka z masłem i miodem -1,7 (chałka(pszenna) masło (mleko), miód) kakao - 7(mleko, kakao, miód)

I danie

Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty - 7,9 (woda, por, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, kapusta kiszona, przyprawy: sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy)

II danie

Łazanki z kapustą i kiełbasą – 1 (makaron łazanka(pszenica) kiełbasa śląska, kapusta kiszona, kapusta biała, marchew, majeranek, pieprz, sól) kisiel owocowy (owoce, miód, mąka ziemniaczana)

Podwieczorek

Buteczki drożdżowe z jagodami posypane słonecznikiem, płatki migdałów -1,3,7 (mąka pszenna, jaja, mleko, cukier trzcinowy, drożdże, jagody, słonecznik, płatki migdałów) Herbata z miodem

Wtorek 12.03.2024r.

Śniadanie:

Kasza kukurydziana na mleku-1,7 (mleko 2%, kasza kukurydziana), Bułka z masłem z masłem jajko gotowane papryka czerwona, szczypior - 1,3,7(bułka pszenna (pszenica) masło(mleko), jaja, papryka czerwona, szczypior) Kawa inka na mleku -1,7(kawa inka jęczmień) (mleko), miód)

I danie

Zupa koperkowa – 7,9 (woda, ziemniaki, śmietana słodka(mleko), seler, marchew, pietruszka, koper, przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Ziemniaki, gołąbki po poznańsku w sosie pomidorowym – 3,(Ziemniaki, łopata , ryż, jaja, kapusta, cebula, olej, przecier pomidorowy, kasza manna, sól, pieprz)Brokuł, kalafior, pomidor w sosie czosnkowym-7(brokuł, kalafior, pomidor, jogurt naturalny (mleko), czosnek, sól, pieprz), Woda z cytryną

Podwieczorek

Budyń z musem wiśniowym – 1,7 (mleko), wiśnia, mąka pszenna i ziemniaczana, cukier trzcinowy)
wyrób własny, owoc

Środa 13.03.2024r.

Śniadanie:

Kasza kuskus na mleku – 7(mleko), kasza kuskus) Chleb z masłem, pomidor, szczypior(chleb zwykły(pszenica, żyto), pomidor) Jajecznica ze szczypiorkiem – 3,7(jaja, masło(mleko) Kawa zbożowa na mleku -1,7(mleko), kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto, miód)

I danie

Zupa krupnik - 9 (woda, ziemniaki, seler, pietruszka, kasza jęczmienna, marchewka, koper, przyprawy – sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek)

II danie

Kluski leniwe z serem polane masłem i bułka tartą -1,3,7(ziemniaki, mąka(pszenica) ser biały (mleko), jaja, olej, masło(mleko) bułka tarta(pszenica) sałatka owocowa (banan, pomarańcza, kiwi, jabłko, gruszka) kompot (wiśnia, porzeczka, woda, miód)

Podwieczorek

Oponki z cukrem pudrem – wyrób własny – 1,3,7 (ser biały(mleko), mąka pszenna, jaja, olej) herbata owocowa

Czwartek 14.03.2024r.

Śniadanie:

Makaron ryżowy na mleku-1,7 (mleko 2%, makaron ryżowy(pszenica), Chleb z masłem pasta rybna z serkiem białym i szczypiorkiem- 1,4,7(chleb zwykły (pszenica, żyto) masło (mleko) filet w pomidorach (ryba) ser biały (mleko) szczypior, Herbata z miodem, Mleko – 7(mleko)

I danie

Rosół z makaronem- 1,3,9 (kurczak zagrodowy, woda, por, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, makaron(mąka pszenna, jaja), przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Ryż, potrawka z kurczaka z warzywami - 1, 7,9 (ryż, filet z kurczaka, marchew, seler, groszek zielony, koper, śmietana słodka 18% (mleko), Surówka kolorowa (kapusta, marchew, jabłko, natka pietruszki, przyprawy: sól, pieprz, ocet jabłkowy, cukier), Woda z miętą,

Podwieczorek

Jogurt owocowy- 7 truskawka mrożona jogurt naturalny (mleko), miód) Borówka

Piątek 15.03.2024r.

Śniadanie:

Kasza kukurydziana na mleku-1,7 (mleko 2%, kasza kukurydziana), Bułka z masłem z masłem, ser żółty, sałata - 1,7(bułka (pszenica) masło (mleko) ser żółty (mleko) sałata, Kawa zbożowa na mleku – 1,7 (kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto) (mleko), miód)

I danie

Zupa kalafiorowa z ryżem – 7,9 (woda, ryż, kalafior, śmietana słodka(mleko), seler, marchew, pietruszka, natka pietruszki, przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Ziemniaki, sos koperkowy, kotlet rybny- 3,4,7 (ziemniaki, koper, śmietana słodka 18% (mleko), ryba, jaja, mąka (pszenna), bułka tarta (pszenica), olej, przyprawy: sól, pieprz), Surówka z kiszonej kapusty (kapusta kiszona, cebula, natka pietruszki, oliwa z oliwek), Kompot (woda, truskawki mrożone, wiśnia mrożona, porzeczka mrożona, miód)

Podwieczorek

Gofry z frużeliną jagodową– 3,7 (mleko 2% , mąka, jaja, jagody, proszek do pieczenia), Herbata owocowa, sałatka owocowa

Jadłospis może ulec zmianie.

Zupy gotowane są na wywarach mięsnych lub jarskich.

Godziny podawania posiłków:

Śniadanie – 8:15; I danie – 11:00; II danie i podwieczorek – 12.00