

Jadłospis - Zerówka

Poniedziałek 06.05.2024r.

Śniadanie:

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

I danie:

Zupa pomidorowa z ryżem– 7,9 (marchew, pietruszka, seler, cebula, por, śmietana (mleko 2%) olej, ryż, ziele angielskie, liść laurowy, przecier pomidorowy, pieprz)

II danie

Makaron po włosku – 1,7(makaron(pszenica), filet z kurczaka, olej, cebula, przecier pomidorowy, pomidory w puszcze, pieprz, bazylia, oregano, ser mozzarella (mleko) sól, pieprz) Surówka z selera i jabłka z rodzynkami – 9 (seler, jabłko, rodzynki) Kisiel pitny (wiśnia mrożona, woda, cukier, mąka ziemniaczana)

Podwieczorek

Budyń śmietankowy- 1,7 (mleko 2% , mąka ziemniaczana, mąka pszenna (pszenica), cukier waniliowy, Herbata rumiankowa

Wtorek 07.05.2024r.

Śniadanie:

Kluski lane na mleku – 7 (mąka (pszenica), jaja, mleko 2%), Bułka z masłem, ser żółty, sałata –1,7 (Bułka pszenna (pszenica) masło (mleko 2%) ser żółty(mleko) sałata, Kawa inka na mleku – 1,7 (mleko 2%), kawa inka (pszenica)

I danie:

Żurek z jajkiem - 3,7,9 (woda, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, żurek, jaja, śmietana słodka (mleko) por, sól, pieprz, majeranek)

II danie

Ryż, potrawka z kurczaka z warzywami – 1,7 (ryż, filet z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, groszek zielony, koper, śmietana słodka(mleko) Surówka z młodej kapusty (kapusta młoda, marchew, natka pietruszki, sól, pieprz, cytryna, miód, oliwa z oliwek) Kompot(woda, truskawki mrożone, wiśnia mrożona, porzeczka mrożona, miód)

Podwieczorek

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

Środa 08.05.2024r.

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku - (mleko 2%, płatki owsiane) – 3,7, Bułka z masłem jajko gotowane – 1,3, 7 bukiet warzyw (bułka (pszenica) masło (mleko 2%) jaja, pomidor, ogórek, papryka czerwona, szczypior), Kawa zbożowa na mleku- 1, 7 (mleko 2%, kawa zbożowa (pszenica)

I danie

Zupa koperkowa - 7,9 (woda, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, koper, śmietana słodka (mleko) por, sól, pieprz)

II danie

Ziemniaki zapiekane, nagętsy z kurczaka – 1 (ziemniaki, papryka czerwona, sól, pieprz, filet z kurczaka, płatki kukurydziane (pszenica), olej) Surówka kolorowa (kapusta, marchew, natka pietruszki, sól, pieprz, cytryna, miód, oliwa z oliwek, kukurydza, papryka czerwona, pomidor, rzodkiewka) Sok owocowo – warzywny (jabłko, marchew, gruszka, cytryna, pomarańcza)

Podwieczorek

Talarki jabłka, chrupki kukurydziane, biszkopty – 1 (mąka tortowa(pszenica), jaja)

Czwartek 09.05.2024r.

Śniadanie:

Kaszka kukurydziana na mleku-7 (mleko 2%, kaszka kukurydziana), Bułka pszenna z masłem, wędlina, ogórek, szczypior – 1,7,9 (bułka mała (pszenica), masło (mleko) szczypior), Kakao -1,7 (mleko 2%, kakao)

I danie

Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty – 9 (woda, kapusta kiszona, seler, pietruszka, marchewka, natka pietruszki, por, ziemniaki, 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(pszenica), jaja, cebula, kasza manna, mąka pszenna, przyprawy: sól, pieprz, majeranek, śmietana słodka(mleko) Kapusta czerwona zasmażana (kapusta czerwona, ocet winny jabłkowy, olej, cebula) Kompot (porzeczka mrożona, wiśnia mrożona, truskawka mrożona, miód)

Podwieczorek

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

Piątek 10.05.2024r.

Śniadanie:

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

I danie

Zupa jarzynowa z makaronem- 1,7,9 (woda, makaron(pszenica) śmietana słodka(mleko)koper, marchew, seler, pietruszka, por, śmietana słodka, mleko 2% przyprawy: sól, pieprz)

II danie

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

Podwieczorek

Ciasto salceson z rodzynkami- wyrób własny- 1,3 (mąka pszenna (pszenica), cukier, jabłko, kakao, soda oczyszczona, rodzynki, jaja, olej), Herbata owocowa

Poniedziałek 13.05.2024r.

Śniadanie:

Płatki na mleku – 1,7(płatki kukurydziane (pszenica), mleko), Rogal z masłem i dżemem – 1,7 (rogal (pszenica), masło (mleko) dżem) Kakao – 7 (mleko), kakao)

I danie

Zupa szczawiowa z jakiem – 3,7,9 (woda, koper, marchew, szczaw, jaja, seler, pietruszka, por, śmietana słodka (mleko 2%), przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Naleśniki owsiane z serem i musem jabłkowym – 1,3,7(mąka(pszenica), jaja, płatki owsiane, mleko 2%, olej, ser biały (mleko), jabłko, cukier), Surówka z marchwi i jabłka z rodzynkami- 7 (marchew, jabłko, rodzynki, śmietana słodka (mleko), miód), Jogurt owocowy – 7,(jogurt naturalny (mleko), owoce)

Podwieczorek

Ciastka kruche – wyrób własny 1,3,7 (mąka, cukier, masło(mleko) śmietana kwaśna(mleko) jaja) herbata z cytryną

Wtorek 14.05.2024r.

Śniadanie:

Kasza jaglane na mleku – 7 (mleko 2%, kasza jaglane), Chleb z masłem, ser biały, szczypior – 1, 7 (chleb zwykły (pszenica, żyto), ser biały (mleko), masło (mleko), szczypior), Kawa inka – 1,7 (mleko 2%, kawa inka, miód)

I danie

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

II danie

Spaghetti z sosem bolognese – 1 (makaron spaghetti (pszenica), łopatka, przecier pomidorowy, cebula, majeranek, pieprz, sól, bazylia, oregano, mąka tortowa (pszenica), sałatka z ogórka kiszzonego (ogórek kiszony, marchew, natka pietruszki, oliwa z oliwek) Kompot owocowy (wiśnia, woda, miód) Owoc

Podwieczorek

Brzoskwinia, ananas, jabłko z jogurtem naturalnym (mleko) Pankejkki – 1,3,7 (jaja, mąka pszenna, jogurt naturalny (mleko) proszek do pieczenia, soda, cukier trzcinowy, olej)

Środa 15.05.2024r.

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku -1,7 (płatki owsiane (pszenica), mleko 2%), Chleb z masłem, pasztet, ogórek kiszony, szczypior – 1,7,9 (Chleb (pszenica), masło (mleko) szczypior, ogórek kiszony, pasztet) Mleko - 1,7 (mleko 2%)

I danie

Barszcz czerwony-7,9 (woda, buraki czerwone, seler, pietruszka, marchewka, cukier, ocet winny jabłkowy, natka pietruszki, por, ziemniaki, śmietana słodka (mleko), przyprawy-sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

II danie

Pierogi ruskie -1, 7 (mąka (pszenica) woda, ser biały (mleko) ziemniaki, cebula, olej przyprawy-sól, pieprz), Sałatka z pomidorów w śmietanie – 7 (pomidory, szczypior, śmietana kwaśna (mleko), przyprawy-sól, pieprz) Kompot (woda, truskawki mrożone, wiśnia mrożona, porzeczka mrożona, miód)

Podwieczorek

Biskopcy – 1 (pszenica) sałatka owocowa(pomarańcza, banan, kiwi, jabłko, gruszka)

Czwartek 16.05.2024r.

Śniadanie:

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

I danie

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

II danie

Ziemniaki, gulasz wieprzowy, surówka kolorowa- 1, 7 (ziemniaki, łopatka, śmietana słodka (mleko), cebula, kapusta, ogórek pomidor, papryka , rzodkiewka , mąka pszenna (pszenica) ,oliwa z oliwek, przyprawy: sól, pieprz)Sałata, rzodkiewka, ogórek, szczypior w śmietanie – 7 (sałata, ogórek, szczypior, rzodkiewka śmietana kwaśna(mleko) Woda z cytryną

Podwieczorek

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

Piątek 17.05.2024r.

Śniadanie:

Kasza kuskus na mleku – 7 (mleko 2%, kasza kuskus), Chleb z masłem, pomidor, szczypior – 1, 7 (chleb zwykły (pszenica, żyto), pomidor, masło (mleko), szczypior), Kawa zbożowa– 1,7 (mleko 2%, kawa zbożowa zawiera jęczmień i żyto, miód)

I danie

Zupa z fasolki szparagowej- 7,9 (marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, fasolka szparagowa, natka pietruszki, por, śmietana słodka (mleko), przyprawy: sól pieprz)

II danie

Ryż, klopsiki rybne w sosie śmietankowo – koperkowym – 1, 3,4,7 (ryż, ryba morszczuk, jaja, bułka tarta (pszenica), kasza manna, śmietana słodka (mleko), olej), Surówka wielowarzywna (kapusta, papryka czerwona, ogórek, pomidor, rzodkiewka, por, cebula czerwona, oliwa z oliwek, sól, pieprz, Kompot owocowy (woda, truskawki mrożone, wiśnia mrożona, porzeczka mrożona)

Podwieczorek

Gofry z frużeliną z wiśni – 1,3,7 (mleko 2% , mąka pszenna (pszenica), jaja, wiśnia, proszek do pieczenia), Herbata owocowa, surówka z marchwi i jabłka

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