

Jadłospis - Zerówka

Poniedziałek 19.08.2024r.

Śniadanie:

Płatki kukurydziane na mleku -7 (mleko 2 % , płatki kukurydziane), Chałka z masłem i miodem - 1,7(chałka pszenna, masło(mleko),miód), Kawa zbożowa – 1,7 (mleko 2%, kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto, miód)

I danie

Zupa krupnik-9 (woda, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, cebula, por, kasza jęczmienna, przyprawy: sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie)

II danie

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

Podwieczorek

Biszkopty – 1,3 (mąka pszenna, jaja) Herbata rumiankowa, kisiel owocowy (owoce, miód, mąka ziemniaczana)

Wtorek 20.08.2024r.

Śniadanie:

Makaron ryżowy na mleku - 1,7 (mleko 2%, makaron ryżowy), Chleb z masłem, pasta mięsno warzywna, szczypior – 1,3,7 (Chleb zwykły(pszenna, żyto), masło(mleko), filet, marchew, pietruszka, cebula, koper, szczypior) Kawa inka na mleku- 1,7 (mleko 2%, kawa inka zawiera (jęczmień, żyto) miód)

I danie:

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

II danie

Ryż, potrawka z kurczaka z warzywami – 1,7,9 (ryż, filet z kurczaka, marchew, seler, groszek zielony, koper, śmietana słodka18%(mleko) surówka kolorowa (kapusta, marchew, jabłko, natka pietruszki, przyprawy: sól, pieprz) Woda z miętą

Podwieczorek

Buteczki drożdżowe z jagodami posypane słonecznikiem, płatki migdałów- 1,3,7(mąka (pszenica) jaja, mleko, cukier, drożdże, jagody, słonecznik, płatki migdałów) herbata owocowa

Środa 21.08.2024r.

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku – 1,7 (mleko 2%, płatki owsiane), Chleb z masłem, ser biały, szczypior -

7(chleb zwykły (pszenica, żyto) ser biały, szczypior, masło (mleko) , Bukiet warzyw, Mleko – 7 (mleko 2%),

I danie

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

II danie

Kopytka kapusta zasmażana -1,3 (mąka pszenna, jaja, ziemniaki, kapusta słodka, olej, kielbasa śląska, przyprawy: sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy,) kisiel pitny(woda, mąka ziemniaczana, cukier trzcinowy, owoce)

Podwieczorek

Galaretka z owocami (żelatyna, woda, owoce)

Czwartek 22.08.2024r

Śniadanie:

Kasza manna na mleku -7 (kasza manna, mleko 2%), Bułka z masłem, pomidor, ogórek, szczypior, wędlina (masło (mleko2%), szczypior, pomidor, ogórek, wędlina, kakao – 1,7 (mleko 2%, kakao, miód)

I danie

Barszcz czerwony – 7,9 (woda, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, buraczki, ziemniaki, śmietana słodka(mleko 2%), por, przyprawy: sól, pieprz, majeranek, cukier trzcinowy, cytryna)

II danie

Pierogi z białym serem, ziemniakami- 1,7(mąka pszenna, woda, ziemniaki, ser biały(mleko) cebula, olej, sól, pieprz) Sałatka z pomidorów – 7 (pomidor, szczypior, śmietana kwaśna(mleko), sól, pieprz) Kompot owocowy(wiśnia, porzeczka, miód, woda) Owoc

Podwieczorek

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

Piątek 23.08.2024r

Śniadanie:

Kluski lane na mleku -1,3,7 (jaja, mąka tortowa(pszenica) mleko 2%), Chleb z masłem, pasta rybna z serkiem białym i szczypiorkiem – 1,4,7(chleb (pszenica, żyto)masło (mleko2%), szczypior, serek biały(mleko) filet rybny w pomidorach), Mleko – 7 (mleko 2%) Herbata z miodem

I danie

Zupa pomidorowa z makaronem ryżowym – 1,3,7,9 (woda, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, makaron ryżowy, przecier pomidorowy, śmietana słodka(mleko 2%), por, przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Ziemniaki, ryba pieczona mielona- 1,3,4 (ziemniaki, ryba, jaja, mąka pszenna, bułka tarta(pszenica) olej przyprawy: sól, pieprz) surówka wielowarzywna (kapusta, papryka czerwona, ogórek, pomidor, rzodkiewka, por, cebula czerwona, kukurydź, fasola czerwona, oliwa z oliwek, sól, pieprz) Woda z miętą

Podwieczorek

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

Poniedziałek 26.08.2024r.

Śniadanie:

Płatki kukurydziane na mleku – 7 (płatki kukurydziane, mleko2%,) Rogal z masłem i dżemem (rogal pszenny, masło (mleko) dżem) kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto, miód)

I danie

Zupa krem z zielonego groszku – 7,9 (woda, ziemniaki, seler, pietruszka, zielony groszek, marchew, koper, śmietana słodka (mleko) przyprawy: sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

II danie

Spaghetti z sosem bolognese – 1 (makaron spaghetti (pszenica) łopatka, przecier pomidorowy, cebula, majeranek, pieprz, sól, oregano, bazylia, mąka pszenna sok owocowo – warzywny (marchew, jabłko, gruszka, pomarańcz)

Podwieczorek

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

Wtorek 27.08.2024r.

Śniadanie:

Ryż na mleku(ryż, mleko) Bułka graham z masłem, pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 1,3,7 (bułka graham, masło(mleko) jaja, ser biały (mleko) jogurt grecki (mleko), szczypior), Bawarka na mleku- 7 (mleko2%, herbata, miód)

I danie

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

II danie

Kasza jęczmienna, gulasz drobiowy z warzywami -1,7(kasza jęczmienna, filet z kurczaka, marchew, pietruszka, śmietana słodka (mleko) olej, mąka (pszenna) przyprawy: sól, pieprz, papryka słodka i ostra)Sałata, ogórek w śmietanie (ogórek, sałata, szczypior, śmietana(mleko) sól, pieprz) kompot(owoce, miód, woda)

Podwieczorek

Brzoskwinie, ananas, jabłko z jogurtem naturalnym – 7 (brzoskwinie, ananas, jabłko, jogurt naturalny (mleko)

Środa 28.08.2024r.

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku – 1,7 (mleko 2%, płatki owsiane), Chleb z masłem, wędlina, pomidor , szczypior (chleb zwykły(pszenica, żyto, masło(mleko)wędlina, pomidor, szczypior) Kakao- 7(mleko, kakao, miód)

I danie

Żurek z jajkiem- 3,7,9 (woda, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, por, żurek, jaja, majeranek, śmietana słodka (mleko 2%) przyprawy: sól pieprz, majeranek)

II danie

Bułki na parze z sosem owocowym -1,7(mąka(pszenna), drożdże, mleko, jogurt owocowy(mleko) owoce)Sałatka owocowa(banan, gruszka, pomarańcz, kiwi, jabłko) Woda z cytryną

Podwieczorek

Ciasto salceson z rodzynkami – wyrób własny -1,3(mąka (pszenna) cukier trzcinowy, jabłko, kakao, rodzynki, jaja, olej) Herbata z cytryną

Czwartek 29.08.2024r.

Śniadanie:

Makaron ryżowy na mleku -1,7 (makaron ryżowy, mleko 2%), 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

I danie

Zupa koperkowa - 9 (woda, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, koper, por, sól, pieprz)

II danie

Kluski śląskie – 3 (ziemniaki, mąka ziemniaczana, jaja) pieczeń rzymska w sosie własnym – 1,3,7(łopatka, bułka tarta(pszenica) jaja, cebula, kasza manna, śmietana słodka(mleko) przyprawy : sól, pieprz kapusta czerwona zasmażana (kapusta czerwona, ocet jabłkowy, olej, cebula)kompot(wiśnia, porzeczka czarna, miód)

Podwieczorek

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

Piątek 30.08.2024r.

Śniadanie:

Kasza kukurydziana na mleku - 1,7 (mleko 2%, kasza kukurydziana), Bułka z masłem, ser żółty, sałata, - 1,7 (Bułka (pszenica) z masłem (mleko2%) ser żółty(mleko 2%) sałata) Kawa inka na mleku - 1,7(mleko, kawa inka zawiera jęczmień, żyto, miód)

I danie

Zupa kalafiorowa – 7, 9 (woda, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, kalafior, śmietana słodka(mleko2%), por, przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Ziemniaki, sos koperkowy, kotlet rybny -3,4,7 (ziemniaki, koper, śmietana słodka(mleko) ryba, jaja, mąka (pszenna), bułka tarta (pszenica), olej, przyprawy: sól, pieprz) Surówka z kiszonej kapusty (kapusta kiszona, cebula, natka pietruszki, marchew, oliwa z oliwek) Woda z cytryną

Podwieczorek

Gofry z frużeliną z jagodową – 1,3,7 (mleko 2% , mąka pszenna (pszenica), jaja, jagody, proszek do pieczenia), Herbata 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