

Jadłospis - Zerówka

Poniedziałek 16.09.2024r.

Śniadanie:

Kasza manna na mleku -7 (mleko 2 % , kasza manna), Chałka z masłem i miodem(chałka(pszenica), masło(mleko) 1,7 Mleko– 7 (mleko 2%)

I danie

Zupa krupnik –7,9 (woda, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, ziemniaki, koper, kasza jęczmienna, por, przyprawy: sól, pieprz, majeranek)

II danie

Racuchy drożdżowe z jabłkiem – 1,3,7 (mąka pszenna, mleko, drożdże, cukier trzcinowy, jaja, olej, jabłko) Sałatka owocowa (pomarańcz, banan, gruszka, winogron, kiwi) Jogurt owocowy pitny – 7 (jogurt naturalny, truskawka)

Podwieczorek

Ciastko kruche- wyrób własny - 1,3,7 (mąka pszenna, cukier, masło, jaja), herbata z cytryną

Wtorek 17.09.2024r.

Śniadanie:

Makaron z mlekiem -1,3,7 (mleko 2%, jaja, mąka tortowa pszenna), Bułka duża z masłem, ser żółty(mleko), sałata,-1a,7 (bułka pszenna (pszenica), masło (mleko), ser żółty (mleko), sałata , Kawa Inka na mleku – 1, 7 (mleko 2%, kawa inka, miód)

I danie

Zupa fasolowa– 9 (woda, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasola jaś, natka pietruszki, por, przyprawy: sól ,pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek)

II danie

Ziemniaki, kotlet drobiowy, buraczki z cebulką – 1, 3(ziemniaki, filet z kurczaka, bułka tarta(pszenica), jaja, mąka(pszenica, olej, buraczki, cebula, przyprawy: sól, pieprz) Sok owocowo – warzywny (marchew, jabłko, gruszka)

Podwieczorek

Kisiel z owocami (wiśnia mrożona, mąka ziemniaczana, miód) chrupki kukurydziane

Środa 18.09.2024r.

Śniadanie:

Płatki na mleku – 1,7 (mleko 2%, płatki), Bułka wrocławska z masłem, jajko gotowane, bukiet warzyw – 1, 7 (bułka wrocławska (pszenica) jajko, masło (mleko), pomidor, ogórek, rzodkiewka, szczypior), Kakao – 1,7 (mleko 2%, kakao, miód)

I danie

Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty - 9 (woda, ziemniaki, seler, pietruszka, kapusta kiszona, marchewka, koper, przyprawy – sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

II danie

Kluski leniwe z serem polane bułką tartą, - 1,3,7 (ziemniaki, mąka, ser biały(mleko), jaja, olej, masło(mleko), bułka tarta) Sałatka owocowa (banan, pomarańcza, kiwi, jabłko, gruszka, winogron, brzoskwinie) Kompot (wiśnia, porzeczka, miód)

Podwieczorek

Gofry z frużeliną z wiśni -1,3,7(mleko 2%, mąka pszenna (pszenica), jaja, wiśnia, proszek do pieczenia) herbata owocowa

Czwartek 19.09.2024r.

Śniadanie:

Kasza kukurydziana na mleku- 7(mleko 2%, kasza kukurydziana), Bułka wrocławska z masłem pomidor, szczypior, wędlina 1,7 (bułka wrocławska (pszenica), masło (mleko), pomidor, wędlina, szczypior– 1,7 Mleko 7 (mleko 2%)

I danie

Zupa szpinakowa – 7,9 (woda, marchew, seler, por, pietruszka, czosnek, szpinak, śmietana słodka (mleko), natka pietruszki przyprawy: sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

II danie

Ryż, mięso drobiowe szarpane, (ryż, pałka z kurczaka, papryka słodka, sól, pieprz, olej) marchewka z groszkiem (marchew, groszek, masło(mleko) śmietana słodka 18%(mleko), owoc) Kompot (wiśnia, porzeczka, miód)

Podwieczorek

Bułka na parze z musem owocowym, borówki – 1,3,7 (mąka (pszenica), jaja, mleko, drożdże, truskawki, jogurt naturalny(mleko)

Piątek 20.09.2024r.

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku -7 (płatki owsiane, mleko 2%), Chleb gwarek z masłem, ser biały, szczypior, papryka czerwona -1,7 (chleb gwarek pszenica, masło (mleko), ser biały(mleko), szczypior, papryka czerwona), Kawa zbożowa na mleku – 1,7 (mleko 2%, kawa zbożowa, miód)

I danie

Zupa brokułowo - kalafiorowa– 7,9 (woda, ziemniaki, brokuł, kalafior, seler, pietruszka, śmietana słodka(mleko) marchewka, natka pietruszki, por, przyprawy-sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

II danie

Ziemniaki, sos pomidorowy, paluszki rybne – 1,3,4,7 (ziemniaki, jaja, mąka(pszenica), olej, ryba, przecier pomidorowy, śmietana słodka(mleko) surówka kolorowa(kapusta, papryka czerwona, ogórek, pomidor, rzodkiewka, por, cebula czerwona, kukurydza, fasola czerwona, oliwa z oliwek, przyprawy: sól, pieprz) Woda z cytryną

Podwieczorek

Biszkopty (pszenica) herbata z cytryną, tarta marchew z jabłkiem

Poniedziałek 23.09.2024r.

Śniadanie:

Ryż na mleku – 7 (ryż, mleko) Rogal z masłem i dżemem – 1,7 (rogal (pszenica) masło, (mleko) dżem, Kakao - 7 (mleko 2%, kakao, miód)

I danie

Żurek z jakiem – 3,7,9 (woda, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, żurek, jaja, śmietana słodka (mleko) kielbasa, przyprawy: sól, pieprz, majeranek)

II danie

Makaron z serem (makaron(pszenica) ser biały (mleko)masło(mleko) 1,7 surówka z selera, rodzynek, ananasa i śmietany – 7,9 (seler, ananas, rodzynek ,śmietana(mleko) Jogurt owocowy pitny – 7 (jogurt naturalny(mleko), miód, truskawka) Owoc

Podwieczorek

Bułeczki drożdżowe z jagodami, posypane słonecznikiem, płatki migdałów – 1,3,7(mąka pszenna (pszenica), jaja, mleko, cukier trzcinowy, drożdże, jagody, słonecznik, płatki migdałów)Herbata owocowa

Wtorek 24.09.2024r.

Śniadanie:

Kasza jaglana na mleku - 7 (mleko 2%, kasza jaglana), Chleb z masłem z masłem, pasztet, ogórek kiszony -1,7(chleb(pszenica), masło(mleko), pasztet, ogórek kiszony) kawa zbożowa na mleku- 7 (mleko 2%, kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto)

I danie

Rosół z lanymi kluskami –1,3, 9 (woda, marchew, seler, pietruszka, mąka(pszenica), jaja, natka pietruszki, 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 (mleko), olej) surówka kolorowa(kapusta, papryka czerwona, ogórek, pomidor, rzodkiewka, por, cebula czerwona, kukurydza, fasola czerwona, oliwa z oliwek, przyprawy: sól, pieprz) Woda z miętą

Podwieczorek

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

Środa 25.09.2024r.

Śniadanie:

Płatki ryżowe na mleku – 1,7(mleko, płatki ryżowe)Bułka z masłem, pasta jajeczna ze szczypiorkiem - 1,7(bułka (pszenica) masło (mleko), jaja, ser biały(mleko) jogurt grecki(mleko)Bawarka na mleku - 7 (mleko),herbata, miód)

I danie

Barszcz czerwony - 7,9 (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, buraczki, śmietana słodka 18%(mleko), przyprawy: sól, pieprz, ocet, cukier)

II danie

Ziemniaki, kotlet mielony pieczony, mizeria – 1,3,7(ziemniaki, łopatka, cebula, jaja, bułka tarta(pszenica), olej, ogórek, śmietana kwaśna(mleko) przyprawy sól, pieprz) Kompot (wiśnia, porzeczka, miód)

Podwieczorek

Placek salceson z jabłkiem – 1,3 (mąka (pszenica), jaja, cukier, kakao, jabłka, proszek)

Czwartek 26.09.2024r.

Śniadanie:

Kluski lane na mleku – 1,7 (mleko2%, jaja, mąka(pszenica) Chleb z masłem, wędlina, szczypior, pomidor -1,7(chleb(pszenica), masło(mleko)pomidor, wędlina, szczypior)Kawa inka na mleku -1,7 (mleko2%, kawa inka, miód)

I danie

Zupa marchewkowa – 3,7,9 (marchew, pietruszka, seler, cebula, por, śmietana(mleko 2%), ziele angielskie, płatki migdałów ,gałka muskatołowa liść laurowy, pieprz, sól)

II danie

Kopytka, kapusta zasmażana 1,3 (mąka (pszenna), jaja, ziemniaki, kapusta słodka, kapusta kiszona, olej, kiełbasa śląska, przyprawy: sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy)Kisiel pitny(porzeczka czarna, wiśnia mrożona, miód, mąka ziemniaczana)

Podwieczorek

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

Piątek 27.09.2024r.

Śniadanie:

Płatki czekoladowe na mleku-7 (płatki czekoladowe, mleko 2%) Bułka z masłem, ogórek, szczypior- 1,7 (bułka (pszenica) masło (mleko) ogórek, szczypior, pasta warzywna -3 (marchew, seler, pietruszka, koper, cebula) Kakao – 7 (mleko) kakao, miód)

I danie

Zupa pomidorowa z makaronem – 1,3,7,9 (marchew, seler, pietruszka, przecier pomidorowy, śmietana słodka 18%(mleko)makaron (mąka pszenna), przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Ziemniaki, ryba na parze -1,3,4 (ziemniaki, ryba, jaja, mąka(pszenna), przyprawy: sól, pieprz, surówka wielowarzywna(kapusta, papryka czerwona, ogórek, rzodkiewka, por, cebula czerwona, kukurydza, fasola czerwona, oliwa z oliwek przyprawy: sól, pieprz) Kompot (wiśnia, porzeczka, miód)

Podwieczorek

Oponki z cukrem pudrem- 1,3,7 (mąka(pszenica), ser biały, cukier trzcinowy, jaja, soda oczyszczona, olej, śmietana kwaśna(mleko) Herbata owocowa

Poniedziałek 30.09.2024r.

Śniadanie:

Kasza manna na mleku -7 (mleko 2 % , kasza manna), Chałka z masłem i miodem, Mleko– 7 (mleko 2%)

I danie

Zupa grochowa – 9 (woda, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, groch połówki, natka pietruszki, por, przyprawy: sól ,pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek)

II danie

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

Podwieczorek

Budyń z musem owocowym – wyrób własny – 1,7(wiśnia mrożona, mąka ziemniaczana, miód, mleko, mąka pszenna)

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