

Jadłospis - Zerówka

Poniedziałek 14.04.2025r.

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku – 1,7 (mleko, płatki owsiane) Rogal z masłem i dżemem , (rogal (pszenica, masło (mleko) -1,7, Kawa zbożowa na mleku- 1,7 (mleko) kawa zbożowa zawiera jęczmień, żyto,)

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

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

Podwieczorek

Rogaliki drożdżowe z powidłem – 1,3,7 (mąka pszenna, jaja, mleko, cukier trzcinowy, drożdże, powidło) Herbata z miodem

Wtorek 15.04.2025r.

Śniadanie:

Makaron ryżowy na mleku -1,7 (mleko 2%, makaron ryżowy(mąka pszenna), Bułka wrocławska z masłem, pasta jajeczna , szczypior-1,3,7 (bułka wrocławska pszenna,(pszenica), masło (mleko) jaja, serek biały(mleko), szczypior) Bukiet warzyw, Kawa Inka na mleku – 1, 7 (mleko 2%, kawa inka)

I danie

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

II danie

Ziemniaki, kotlet schabowy– 1 (Ziemniaki, schab wieprzowy, mąka pszenna, olej, jaja, bułka tarta, przyprawy: sól, pieprz), Surówka z czerwonej kapusty z jogurtem – 7 (kapusta czerwona, marchew, natka pietruszki, jogurt grecki(mleko) przyprawy: sól, pieprz), Kompot owocowy (wiśnia , porzeczka, miód 5 g, woda)

Podwieczorek

Budyń czekoladowy-1,7 (mleko 2%, kakao, mąka pszenna i ziemniaczana, miód) talarki jabłka

Środa16.04.2025r.

Śniadanie:

Kasza manna na mleku- 7(mleko 2%, kasza manna), Bułka z masłem, pomidor, wędlina, szczypior(bułka pszenna (pszenica), masło (mleko),wędlina, pomidor, szczypior– 1,7, Bawarka na mleku- 1, 7 (mleko 2%, herbata, miód 5g)

I danie:

Zupa koperkowa- 1,7,9(woda, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, koper, śmietana słodka(mleko)przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Kasza gryczana, gulasz wieprzowo - wołowy – 1 (kasza gryczana, pietruszka, marchew, łopatka, mięso wołowe, cebula, sól , pieprz, papryka słodka, mąka pszenna, olej), buraczki z cebulką (buraczki, cebula, olej, cytryna, cukier trzcinowy, sól, pieprz), Woda z cytryną

Podwieczorek

Ciasto drożdżowe z owocami i migdałami- wyrób własny 1,3,7 (masło(mleko), mleko(mleko) mąka pszenna, owoce, migdały, jaja, cukier) , Herbata z cytryną

Czwartek 17.04.2025r.

Śniadanie:

Kasza jaglana na mleku – 1,7 (mleko 2%, kasza jaglana), Chleb z masłem, ser biały, szczypior – 1, 7 (chleb zwykły(pszenica, żyto) ser biały (mleko) masło (mleko), szczypior), bukiet warzyw, Kakao – 1,7 (mleko 2%, kakao)

I danie

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

II danie

Kluski leniwe z serem polane 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(woda, wiśnia mrożona, porzeczka mrożona, miód 5g)

Podwieczorek

Ciastka całuski z jabłkiem- wyrób własny, 1,7 (masło (mleko), ser biały (mleko) mąka pszenna, jabłko), Herbata z cytryną(miód 5g)

Piątek 18.04.2025r.

Śniadanie:

Płatki kukurydziane na mleku -5,7,8 (płatki kukurydziane(orzeszki ziemne, orzechy), mleko 2%), Bułka z masłem, jajko, papryka czerwona, szczypior, – 1,3,7 (bułka (pszenica),masło (mleko) jaja, papryka czerwona, szczypior), Mleko – 1,7 (mleko 2%)

I danie

Zupa owocowa z makaronem – 1,7 (wiśnia, mąka ziemniaczana, miód 5 g, makaron (pszenica), śmietana słodka 18%(mleko)

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), fasolka szparagowa polane masłem i bułką tartą – 1,7 (fasolka szparagowa, masło(mleko) bułka tarta(pszenica) Kompot (woda, wiśnia mrożona, porzeczka mrożona, miód 5 g)

Podwieczorek

Budyń śmietankowy z musem wiśniowym -1,7 (mleko 2%, wiśnia, mąka pszenna i ziemniaczana, miód 5g)

Wtorek 22.04.2025r.

Śniadanie:

Płatki czekoladowe na mleku -7 (płatki czekoladowe), mleko 2%), Chałka z masłem i miodem - 1,7 (chałka pszenny, masło(mleko), miód 5g, Mleko – 7 (mleko 2%)

I danie

Zupa szczawiowa z jajkiem 3,7,9 (woda, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, szczaw, jajka, przyprawy: sól, pieprz, majeranek, śmietana słodka 18%(mleko)

II danie

Spaghetti z warzywami i sosem bolognese – 1,3,9(makaron spaghetti(pszenica), jaja, marchew, seler, pietruszka, bazylia, oregano, przecier pomidorowy, łopatka, przyprawy: sól, pieprz) Sałatka z ogórka kiszzonego(ogórek kiszony, marchew, natka pietruszki, oliwa z oliwek) Kompot owocowy (wiśnia , porzeczka, miód 5g , woda)

Podwieczorek

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

Środa 23.04.2025r.

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku - 1,7 (mleko 2%, płatki owsiane),Chleb z masłem, wędlina, pomidor, szczypior, – 1,7 (bułka pszenna, masło (mleko) pomidor, szczypior, wędlina) bukiet warzyw, Kakao-7(mleko 2%, kakao)

(pszenna), jogurt naturalny(mleko) proszek soda, cukier trzcinowy, olej, dżem) jabłko tarte

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

Makaron ze szpinakiem, ser, filet z kurczaka- 1a,7 (makaron (pszemica), szpinak, ser żółty (mleko 2%), ser biały(mleko 2%), czosnek, filet z kurczaka, śmietana 30% (mleko2%), przyprawy-sól, pieprz), Kisiel pitny – wyrób własny (woda, miód 5g, truskawki mrożone, wiśnie mrożone, 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 owocowa

Czwartek 24.04.2025r.

Śniadanie:

Ryż na mleku - 1,7 (mleko 2%, ryż), Bułka z masłem, pomidor, szczypior, pasta mięsno – warzywna – 1,7(bułka (pszemica),masło(mleko) pomidor, szczypior, filet z kurczaka, marchew, pietruszka, natka pietruszki)bukiet warzyw, Bawarka na mleku - 7 (mleko 2%, herbata, miód)

I danie

Barszcz czerwony – 7,9 (woda, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, buraki, , śmietana słodka 18%(mleko), przyprawy: sól, pieprz, majeranek, cukier trzcinowy, cytryna)

II danie

Pierogi domowe – 1,7 (mąka(pszenna) woda, ser biały(mleko), ziemniaki, cebula, olej, przyprawy: sól, pieprz) Sałatka z pomidorów w śmietanie – 7 (pomidory, szczypior, śmietana kwaśna(mleko), przyprawy: sól, pieprz) kisiel pitny (wiśnia, porzeczka, miód 5g, woda, mąka ziemniaczana)

Podwieczorek

Jogurt owocowy- 7 (truskawka mrożona jogurt naturalny (mleko) ciastka kruche – wyrób własny - 1,3,7 (mąka(pszenna), cukier trzcinowy, masło(mleko)śmietana kwaśna(mleko), jaja)

Piątek 25.04.2025r.

Śniadanie:

Makaron na mleku-1,7 (mleko 2%, makaron (pszenna), Chleb z masłem pasta rybna z serkiem białym i szczypiorkiem- 1,4,7(chleb zwykły (pszenna, żyto) masło (mleko) filet w pomidorach (ryba) ser biały (mleko) szczypior,) bukiet warzyw, Herbata z miodem, mleko(mleko) miód 5g)

I danie

Zupa kalafiorowa z ryżem - 7 (woda, ryż, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, kalafior, por, śmietana słodka(mleko), sól, pieprz)

II danie

Ziemniaki, ryba po parysku – 1,3,4 (Ziemniaki, ryba morszczuk, jaja, mąka (pszenna), olej, przyprawy: sól, pieprz), Surówka wielowarzywna (kapusta papryka czerwona, ogórek, pomidor, rzodkiewka, por, cebula czerwona, kukurydza, fasola czerwona oliwa z oliwek, przyprawy: sól, pieprz), Kompot owocowy (wiśnia , porzeczka, miód 5g, woda)

Podwieczorek

Gofry z frużeliną jagodową– 3,7 (mleko 2% , mąka, jaja, jagody, proszek do pieczenia), serek na słodko – 7 (ser biały,(mleko), jogurt naturalny)(mleko)Herbata owocowa

Poniedziałek 28.04.2025r.

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku-1,7 (mleko 2%, płatki owsiane, Rogal z masłem i dżemem - 1,7(Rogal (pszenna) masło (mleko) dżem, Kawa zbożowa na mleku – 1, 7 (mleko) kawa zbożowa zawiera jęczmień , żyto)

I danie

Zupa pomidorowa z ryżem – 7,9 (woda, kurczak zagrodowy, marchew, seler, pietruszka, przecier pomidorowy , ryż śmietana słodka 18%(mleko), przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Racuchy drożdżowe z jabłkiem – 1, 3, 7 (mąka pszenna, mleko 2%, drożdże, cukier trzcinowy, jaja, olej, jabłko), Sałatka owocowa (banan, brzoskwinie, pomarańcza, jabłko, gruszka, kiwi), Jogurt owocowy -7 (jogurt naturalny(mleko) , owoce, słonecznik, rodzynki)

Podwieczorek

Ciastka kruche – wyrób własny -1,3,7 (mąka(pszenica), cukier trzcinowy, masło(mleko)śmietana kwaśna(mleko), jaja) Herbata owocowa, serek waniliowy – 7 (mleko)

Wtorek 29.04.2025r.

Śniadanie:

Płatki ryżowe na mleku-1,7 (mleko 2%, płatki ryżowe) Chleb z masłem, pasztet, ogórek kiszony, ogórek zielony (chleb zwykły (pszenica, żyto, masło(mleko) pasztet) 1a,1b,7 Kakao – 7 (mleko 2%, kakao)

I danie

Zupa ogórkowa - 7 (woda, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, ogórek kiszony, por, śmietana słodka(mleko), sól, pieprz)

II danie

Kasza jęczmienna, pulpeciki w sosie pomidorowym – 1,3,7 (kasza jęczmienna, łopatka, karkówka, jaja, bułka tarta(pszenica) cebula, przecier pomidorowy, śmietana słodka(mleko) przyprawy sól, pieprz) Surówka z białej kapusty(kapusta biała, marchew, natka pietruszki, cytryna , cukier trzcinowy, oliwa z oliwek) Kompot (woda, wiśnia mrożona, porzeczka mrożona, miód 5 g)

Podwieczorek

Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem – 7 (ryż, jabłko, cynamon, mleko) maliny

Środa 30.04.2025r.

Śniadanie:

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

I danie

Zupa krem z zielonego groszku- 7,9 (woda, ziemniaki, seler. pietruszka, zielony groszek, marchewka, koper, śmietana słodka 18% (mleko)przyprawy – sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy) grzanki - 1 (bułka wrocławska(pszenica)

II danie

Łazanki z kapustą i kiełbasą – 1,3 (makaron łazanka(pszenica) kapusta kiszona, kapusta biała, marchew, kiełbasa, przyprawy: sól pieprz, ziele angielskie, majeranek, liść laurowy) Kompot owocowy (wiśnia , porzeczka, miód 5g, woda), owoc

Podwieczorek

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