

Jadłospis

03.03- 07.03.2025r.

	Śniadanie - składniki	Obiad - składniki	Podwieczerek - składniki	
Poniedziałek 03.03.2025	<u>Kakao 250g</u> (mleko z laktozą 2%, kakao, tłuszcz kakaowy 12%) <u>Chleb razowy 40g</u> (gluten pszenny, gluten żytni, woda, drożdże, sól) <u>Masło ekstra dobre! 5g</u> (śmietanka pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%, w tym kwasy tłuszczowe 54g, białko 0,7g, 0,7g, naturalny sól) <u>Szynka biała 10g</u> <u>Ser żółty 10g</u> <u>Ogórek kiszony 10 g, Sałata 10g</u> <u>Papryka świeża 5g, szczypiorek 2g</u>	<u>Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g</u> (woda, fasola zielona, kalafior, kapusta biała, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana, ćwiartka z kurczaka, porcja rosółowa) <u>Spagetti z mięsem i warzywami 150g</u> (makaron, szynka wieprz .b/k/, marchew, pietruszka, seler, por, papryka, koncentrat pomidorowy, sos boloński, sos spaghetti, gluten pszenny) <u>Serek „Bakuś” 130g</u> <u>Sok jabłkowo-gruszkowy 200ml</u>	<u>Mus owocowy 20g</u> (przecier jabłkowy 60%, przecier brzoskwiniowy 30%, przecier bananowy) <u>Pałki kukurydziane 20g</u> (kukurydza 51%, gryś kukurydziany 48,35%, sól morską 7,5g, może zawierać soję i sezam)	
wtorek 04.03.2025	<u>Płatki kukurydziane na mleku 250g</u> (gryś kukurydziany, cukier, sól, regulator kwasowości (fosforany sodu), melasa, substancje wzmacniające witaminy (B3, B5, B2, B6, B9), może zawierać orzeszki ziemne i orzechy) <u>Bułka angielska 40g</u> (mąka pszenna typ 650, drożdże, sól, woda) <u>Masło ekstra dobre! 5g</u> (śmietanka pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%, w tym kwasy tłuszczowe 54g, cukier 0,7g, białko 0,7g, naturalny sól) <u>Twarożek 20g</u> (mleko, śmietanka, kultury bakterii fermentacji mlekowej) <u>Miód naturalny 2g</u> <u>Rzodkiewka 5g, szczypiorek 2g</u>	<u>Zupa pomidorowa z ryżem 300g</u> (woda, ryż, porcja rosółowa, ćwiartka z kurczaka, marchew, pietruszka, por seler, kont.pom.30% pasteryzowany) <u>Kotlet pożarski 100g</u> (filet z kurczaka, filet z indyka, jaja, gluten pszenny, olej) <u>Ziemniaki z koperkiem 120g</u> <u>Surówka meksykańska 120g</u> (kapusta biała, marchew, papryka, kukurydza, fasola czerwona, por, oliwa) <u>Pączek 100g</u> <u>Woda z miodem i cytryną 200ml</u>	<u>Sok „Kubuś” 0,3l</u> (sok jabłkowy z zagęszczonego soku 57%, przecier z marchwi 37%, maliny 4%, Jabłko 2%, wit. C i aromat) <u>Andruty 20g</u> (mąka pszenna, woda, cukier, olej rzepakowy)	
środa 05.03.2025	<u>Herbata z cytryną 200g</u> (woda, herbata, cytryna, cukier) <u>Chleb 40g</u> (gluten pszenny, drożdże, woda, sól)	<u>Zupa pejszanka z ziemniakami 300g</u> (woda, pomidory, groszek konserwowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, por, śmietana, masło, porcja rosółowa) <u>Ryż z polewą śmietanowo- jogurtową i truskawkami 180g</u>	<u>Serek „Bakuś” do kieszonki 130g</u> (mleko pasteryz. 62%, śmietanka 25%, cukier, skrobia modyfikowana, odtłuszczone mleko w proszku, substancje	

	<u>Masło ekstra dobre! 5g</u> (śmietanka pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%,w tym kwasy tłuszczowe54g, ,białko 0,7g, 0,7g,naturalny sól) <u>Parówka na ciepło 20g</u> (mięso wieprzowe, sól, przyprawy, ekstrakty, aromaty mięsne, przeciwutleniacz E300 , ,wzmacniacz smaku, glutaminian monosodowy, substancja konserwująca, azotyn sodu, możliwa obecność gorczycy i glutenu) <u>pomidorki chery 5g , Ogórek świeży 10g</u>	(ryż, jogurt grecki, śmietana 18%,cukier) <u>Woda z miodem i cytryną 200ml</u>	zagęszczające : kargen, guma guar , stabilizator :węglan sodu, węglan wapnia ,aromat waniliowy, syrop glukozowy, barwnik, karoteny) <u>Banan 150g</u>	
Czwartek 06.03.2025	<u>Kawa mleczna 250g</u> (mleko z laktoza2%,żyto, jęczmień) <u>Chleb 40g</u> gluten pszenny ,drożdże, woda ,sól) <u>Masło ekstra dobre! 5g</u> (śmietanka pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%,w tym kwasy tłuszczowe54g, ,cukry0,7g,białko 0,7g,naturalny sól) <u>Polędwica sopocka 15g</u> <u>Ser żółty 10g</u> <u>Ogórek kiszony 10 g, pomidor 10g,</u> <u>sałata 5g, kielki warzywne 2g</u>	<u>Barszcz czerwony z ziemniakami 300g</u> (woda, buraki, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler ,por, śmietana , ćwiartka z kurczaka, porcja rosółowa) <u>Gulasz wołowy 100g</u> (woda, wołowina b/k, gluten pszenny , przyprawy) <u>Kasza jęczmienna 80g</u> <u>Surówka szwedzka z oliwkami 120g</u> (ogórek kiszony ,marchew, fasola czerwona, oliwki ,papryka świeża, kukurydza, cebula czerwona ,oliwa z oliwek) <u>Mandarynka 60g</u> <u>Kompot wieloowocowy 200ml</u>	<u>Serek owocowy Bio 140g</u> (mleko ,twarożek odtłuszczony z mleka, śmietanka pasteryzowana Bio, cukier trzcinowy Bio, białko z mleka Bio, skrobia Bio, laska wanilii Bio, owoce) <u>Rogalik maślany 50g</u> (mąka pszenna typ550,margaryna, cukier, drożdże, woda, sól, skrobia pszenna, serwatka w proszku, emulgator-lecytyna sojowa, środek do przetwarzania mąki-kwas L-askorbinowy, preparaty enzymatyczne) <u>Pestki dyni 2g</u>	
Piątek 07.03.2025	<u>Zacierka na mleku 250g</u> (mleko z laktoza2%, mąka pszenna, jaja) <u>Bułka angielska 40g</u> (mąka pszenna typ 650 ,drożdże ,sól , woda) <u>Masło ekstra dobre! 5g</u> (śmietanka pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%,w tym kwasy tłuszczowe54g, ,cukry0,7g,białko 0,7g,naturalny sól) <u>Twarożek 20g</u> (mleko, śmietanka , kultury bakterii fermentacji mlekowej) <u>Dżem porzeczkowy 5g</u> <u>rzodkiewka10g ,szczypiorek 2 g</u>	<u>Zupa neapolitańska z makaronem 300g</u> (woda, porcja rosółowa, ćwiartka z kurczaka, ser żółty, ser topiony, marchew, pietruszka, por, seler, jogurt grecki, śmietana , makaron 4jajeczny, skład: mąka pszenna , mąka z pszenicy Durum, jaja) <u>Ryba po grecku z warzywami w sosie pomidorowym 120g</u> (filet z miruny, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, gluten koncentrat pomidorowy) <u>ziemniaki z koperkiem 80g</u> <u>Skyr owocowy 250g</u>	<u>Soczek jabłkowy „Tymbark”100ml</u> <u>Gofry b/cukru 50g</u> (mąka pszenna , olej rzepakowy, mleko w proszku odtłuszczone, sól, wodorowęglan sodu) <u>mandarynka 150g</u>	

Do posiłków używamy przypraw: pieprz naturalny, pieprz ziołowy ,papryka słodka, liść laurowy, ziele angielskie ,majeranek, oregano, sól morską, przyprawa curry, bazylią, zioła prowansalskie, czosnek.

Z niezależnych od nas przyczyn jadłospis w danym dniu może ulec zmianie, za co przepraszamy.