JADŁOSPIS

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| L.P. | DATA | **I ŚNIADANIE-8.30** | **OBIAD – I DANIE + PODWIECZOREK 11.30** | **OBIAD – II DANIE 14.15** |
| 1. |  **11.01.2021** | **Kasza kukurydziana (1), na mleku (7)-**250ml**.Chleb pszenny i orkiszowy(1)** z **masłem(7)-20g z szynką,** patisonem-15g **,** kiełki, ziarenka słonecznika do chrupania **-3g,**  herbata owoce cytryną -200 ml | Żupa pomidorowa z **makaronem(1)** (seler(9)marchew, pietruszka, por , natką **)-** 250 ml. **Bułka weka**  **(1)** z **masłem(7).** | **Kotlet z ryby (Miruna(4) , (jajka(3), bułka tarta(1) ,** ziemniaki z koperkiem **,** surówka z marchewki i jabłka-80g, kompot -150ml. |
| 2. | **12.01.2021** | **Jogurt naturalny(7)-150ml** z siemieniem lnianym i musemtruskawkowym**. Pieczywo pszenne i wieloziarniste (1) z masłem(7)-20g serem białym -20g,**szczypiorkiem i rzodkiewką-15g,marchewka do chrupania, herbata z cytryną-200ml | Zupa wielowarzywna **(seler(9),**marchew pietruszka, por, ziemniaki, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa, **śmietana (7))-**250ml.Kisiel ciasteczko bez cukrowe z morelą-2 szt. | Polędwiczki z kurczaka-60g ,w sosie własnym-50ml, ziemniaki z koperkiem-150g,surówka z czerwonej kapusty-80g, mandarynka , napój pomarańczowy z cytryną -150ml.. |
| 3. | **13.01.2021** | **Płatki jęczmienne(1) na mleku(7) -250ml**.Pieczywo **pszenne i graham (**1) **z masłem(7)-20g** ,z pasztetem drobiowym -20g, ogórkiem kiszonym, papryką -15g , orzech włoskie do chrupania , herbataowoce leśne z cytryną-200ml | Żurek z **jajkiem (3**) (na zakwasie z mąki żytniej (**seler(9)** marchew, pietruszka, por, natka , ziemniaki **)** )-250ml **. Chałka (1) z masłem** (7)**- 1 szt.**  | Lazania (**makaron(1)(**mięso od szynki, **ser żółty(7),** szpinak)-180g z sosem pomidorowym-50ml,surówka**-**ogórek kiszony-1 szt, jabłko ,kompot z czerwonej porzeczki- 150ml. |
| 5. | **14.01.2021** | **Kawa zbożowa na mleku(7)-250ml.Pieczywo pszenny i razowe(1) z masłem(7)20g,** kiełbaska nagorąco -1 szt z ketchupem, rzodkiewka do chrupania, herbata owocowa z cytryną. | Zupa fasolowa (marchew, pietruszka , **seler (9),** por, ziemniaki , natka**) Świderek (1) z masłem(7) – 1 szt .** | Pierogi ruskie i(**serem białym (7) ,(jajka(3), mąka(1)-**180g, banan,kompot wieloowocowy -150ml. |
| 6. | **15.01.2021** | **Płatki kukurydziane (1)na mleku. Pół bułki (1)z masłem(7**) i dżemem truskawkowym .Pół bulki z masłem i serem żółtym i pomidorem , **-30g ,** żurawina do chrupania, herbata owoce leśne z cytryną-200ml. | Zupa wiejska(marchew, pietruszka, seler, por, **makaron gwiazdeczki(1)**, kapusta biała ziemniaki)-250 ml. Mus jabłkowy, krążek ryżowy -1 szt. | Kotlet mielony z indyka -60g z brzoskwinią ,ziemniaki z koperkiem -150g**,** surówka z buraczków -80g,napój cytrynowy z miętą-150ml. |
|  |  |  |  |  |

 ***ZASTRZEGA SIĘ DROBNE ZMIANY W JADŁOSPISIE.***

 ***Woda do picia na grupach. Substancje lub produkty powodujące Alergie lub reakcje nietolerancji zostały pogrubione zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011***