



JADŁOSPIS

data	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek 10.03	Owsianka na mleku 200ml Chleb pszenno - żytni 30g z masłem 4g sałata 10g, kiełbasa wieprzowa z cielęciną 30g, ogórek 30g, szczypior Herbata z owoców leśnych 150ml	Zupa jarzynowa z czerwoną soczewicą i kaszą jęczmienną 250 ml Pierogi ruskie z kleksem jogurtu 180 g Marchewka baby 80g Banan Kompot z jabłek z cynamonem 150 ml	Serek wiejski Ananas, brzoszwinika 150 ml Wafelek kukurydziany – 1 krążek Lemoniada z cytryną, miodem i miętą 150 ml
Wtorek 11.03	Chleb wieloziarnisty 30g masłem 4g, pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorkiem 50g Bawarka 150 ml	Zupa grysikowa na rosole 250ml Puree ziemniaczane 100g Kotlet mielony 60g Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki 80g Orzechy nerkowca, pini Kompot z wiśni 150 ml	Wafelek ryżowy Skyr z truskawkami 150g Herbata rooibos 150ml
Środa 12.03	Chleb wiejski 60g z masłem 8g, mix sałat 10g, Paszтет drobiowy 20g, Pomidor 30g, szczypior Kakao na mleku 200 ml	Barszcz biały z ziemniakami i jajkiem 250ml Ryż z jabłkami i bitą śmietaną 200g Orzechy nerkowca, pini Kompot z truskawek 150 ml	Pieczyno WASA – 1 kromka z masłem 4g Jajko ze szczypiorkiem, rzodkiewka 20g Soczek”multiwitamina”150 ml
Czwartek 13.03	Chleb ze słonecznikiem 60g z masłem 8g, sałata 10g, parówka z szynki, keczup Kolorowa papryka 30g Bawarka 150ml	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml Ryż 100g Kolorowe warzywa w stylu śródziemnomorskim 80g Gyros z kurczaka z dipem czosnkowym 60g Kompot z czerwonej porzeczki 150ml	Sezamki 27g Kisiel z truskawek do picia 150 ml
Piątek 14.03	Makaron na mleku 200ml Rogal 30g z masłem 4g, sałata 10g, ser żółty 30g Pomidorki koktajlowe 30g Herbata z cytryną 150 ml	Zupa pieczarkowa z kaszą kuskus250ml Puree ziemniaczane 100g Paluszki rybne 80g Surówka „Coleslaw” 80g Sok tłoczony: „Pomarańczowa kraina”150ml	„Paluch” - 30g Koktajl jagodowy na maślanca 150 ml

*Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie

*Substancje i produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zaznaczono wg załącznika II Dziennika Urzędowego Unii Europejskiej L 304/43. W ZSP w kuchni używa się: **zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy.** Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny.