



JADŁOSPIS

data	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek 18.11	Owsianka na mleku 200ml Chleb pszenny 30g z masłem 4g sałata 10g, szynka drobiowa z kurcząt 20g, ogórek gruntowy 30g, szczypior Herbata malinowa 150 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 250ml Bigos z kiszzonej i świeżej kapusty z kiełbaską 220g Kajzerka – ½ szt. Sok pomarańczowy 150 ml	Serek twarogowy z mango i ananasm 150 ml Wafelek kukurydziany – 1 krążek Napar z pomarańczy z hibiscusem i gwiazdkami anyżu 150ml
Wtorek 19.11	Chleb wieloziarnisty 30g masłem 4g, pasta z makreli z papryką i kiszonym ogórkiem 50g Bawarka 150 ml	Zupa jarzynowa z kuskusem na rosole 250ml Puree ziemniaczane 100g Jajo sadzone Mix sałat z rzodkiewką, winegred i słonecznikiem 80g Orzechy nerkowca, pini Kompot z wiśni 150 ml	Wafelek ryżowy Skrz z truskawkami 150g Herbata rooibos 150ml
Środa 20.11	<u>SZWEDZKI STÓŁ</u> Bułka weka 60g z masłem 8g, mix sałat 10g, ser kozi 10g, salami 10g pomidor, ogórek, rzodkiewka papryka – 40g, szczypior, młode listki buraczka i groszku Powidła ze śliwek 5g Kakao na mleku 200 ml	Zupa wiedeńska z kalafiozem 250 ml Pierogi ruskie z kleksem jogurtu 180 g Marchewka baby z masłem 60g Banan Kompot z jabłek z cynamonem 150 ml	Ciasteczko owsiane – własny wypiek Mandarynka Soczek”multiwitamina” 150 ml
Czwartek 21.11	Chleb żytni 60g z masłem 8g, sałata 10g, parówka z szynki Kolorowa papryka 30g Bawarka na mleku 150ml	Zupa grochowa z ziemniakami 250ml Ryż 100g Kolorowe warzywa w stylu śródziemnomorskim 80g Gyros z kurczaka z dipem czosnkowym 60g Kompot z czerwonej porzeczki 150 ml	Sezamki 27g Kisiel z truskawek do picia 150 ml
Piątek 22.11	Makaron gwiazdki na mleku 200ml Rogal 60g z masłem 8g, sałata 10g, żółty ser 30g Pomidorki koktajlowe 30g Herbata z cytryną 150ml	Zupa krem z zielonego groszku z grzankami 250ml Puree ziemniaczane 100g Łosoś pieczony 80g Surówka „Coleslaw” 80g Sok tłoczony „Złoty skarb” 150ml	„Paluch” - 30g Koktajl jagodowy na maślanec 150 ml

*Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie *Alergeny oznaczono **pogrubioną** czcionką

*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 alergen.