

JADŁOSPIS

p

DZIEŃ

TYGODNIA

JADŁOSPIS

STANDARDOWY

JADŁOSPIS

WEGETARIAŃSKI

czwartek

Jadłospis 2020/10

Wpisany przez Administrator

czwartek, 01 października 2020 16:52 - Poprawiony niedziela, 04 października 2020 13:13

0	1	.	1	0.20	20
---	---	---	---	------	----

zupa	b	rokułowa
------	---	----------

spaghetti	bolognese
-----------	-----------

kompot/	woda	z cytryną	,	b
---------	------	-----------	---	---

zupa	b	rokułowa
------	---	----------

spaghetti	Napoli	,
-----------	--------	---

kompot/	woda	z cytryną,	b	a
---------	------	------------	---	---

*[1,3,7,9]

piątek

0	2	.	1	0.20	20
---	---	---	---	------	----

barszcz czerwony

3 / 36

. dwutlenek siarki i siarczany;

13. łubin; **14.** mięczaki

gramatura posiłków

zupa	-	3	5
------	---	---	---

kotlet mielony, schabowy/drobiowy, klops – 105g

bitki/eskalopki - 105g

Jadłospis 2020/10

Wpisany przez Administrator

czwartek, 01 października 2020 16:52 - Poprawiony niedziela, 04 października 2020 13:13

pulpety a'la jeżyk/udko z kurczaka - 120g

chili con carne/potrawka z kurczaka – 1 3 0g

w ieprzowina a'la strogonow/ gu

porcja ryby - 105g

ziemniaki/ kopytka - 130g,

ryż/kasza/ makaron- 120 g

spaghetti / fasolka po bretońsku/ łaz

ryż zapiekany z jabłkiem - 240g

surówka /warzywa gotowane z wody– 120g,

sałata – 90 g

naleśniki/pierogi - 240g

kluski leniwe – 230 g

Jadłospis 2020/10

Wpisany przez Administrator

czwartek, 01 października 2020 16:52 - Poprawiony niedziela, 04 października 2020 13:13

kompot/lemoniada – 200ml

JADŁOSPIS

p

DZIEŃ

TYGODNIA

JADŁOSPIS

STANDARDOWY

JADŁOSPIS

WEGETARIAŃSKI

poniedziałek

05.10.2020

Jadłospis 2020/10

Wpisany przez Administrator

czwartek, 01 października 2020 16:52 - Poprawiony niedziela, 04 października 2020 13:13

zupa pomidorowa z makaronem

kotlet p ożarski ,

kompot/woda z cytryną

zupa pomidorowa z makaronem

panierowane kotlety sojowe, ziemniaki

mizeria kompot/woda z cytryną

*[1,3,7,9]

wtorek

06.10.2020

zupa Shrek(szpinakowa)

pierogi z kapustą i pieczarkami w cebulce, surówka z marchewki

kompot/woda z cytryną

zupa

S

hrek (szpinakowa)

pierogi z kapustą i pieczarkami w cebulce, surówka z marchewki

kompot/woda z cytryną

*[1,3,7,9]

środa

07.10.2020

zupa zacierkowa

kapusta faszerowana z mięsem w sosie pomidorowym, ziemniaki

kompot/woda z cytryną

zupa z

acierkowa

Jadłospis 2020/10

Wpisany przez Administrator

czwartek, 01 października 2020 16:52 - Poprawiony niedziela, 04 października 2020 13:13

kapusta faszerowana cieciorą i pieczarkami pomidorowym, ziemniaki, kompot/woda z cytryną

*[1,3,7,9]

czwartek

08.10.2020

zupa z soczewicy

s chab pieczony w sosie własnym,

kasza gryczana ,

surówka z pomidora z cebulką,

kompot/woda z cytryną

zupa z soczewicy

kotlety z c ukinii, kasza gryczana ,

surówka z pomidora z cebulką

kompot/ woda z cytryną

*[1,3,9]

piątek

09.10.2020

zupa j arzynowa

panierowany filet z mintaja, ziemniaki, surówka z kapusty kiszanej

kompot / woda z cytryną

zupa j arzynowa

panierowany k otlet jajeczny , ziemniaki,

surówka z kapusty kiszanej,

kompot/

woda z cytryną

*[1,3,4,7,9]

*oznaczenie numeryczne alergenów występujących w jadłospisie standardowym: **1.** gluten; **2.** skorupiaki;

3

. jaja;

4

. ryby;

5. orzeszki ziemne(arachidowe); **6.** soja; **7.** mleko; **8.** orzechy; **9.** seler; **10.** gorczyca; **11.** sezam;

12

. dwutlenek siarki i siarczany;

13. łubin; **14.** mięczaki

gramatura posiłków

Jadłospis 2020/10

Wpisany przez Administrator

czwartek, 01 października 2020 16:52 - Poprawiony niedziela, 04 października 2020 13:13

zupa	-	3	5
------	---	---	---

kotlet mielony, schabowy/drobiowy, klops – 105g

bitki/eskalopki - 105g

pulpety a'la jezyk/udko z kurczaka - 120g

chili	con carne/potrąwka z kurczaka –31	0g
-------	-----------------------------------	----

w	ieprzowina	a'la strogonow/	gulasz
---	------------	-----------------	--------

porcja ryby - 105g

ziemniaki/ kopytka - 130g,

ryż/kasza/ makaron- 120 g

spaghetti /	fasolka	po bretońsku/	łazanki
-------------	---------	---------------	---------

ryż zapiekany z jabłkiem - 240g

surówka /warzywa gotowane z wody– 120g,

Jadłospis 2020/10

Wpisany przez Administrator

czwartek, 01 października 2020 16:52 - Poprawiony niedziela, 04 października 2020 13:13

sałata – 90 g

naleśniki/pierogi - 240g

kluski leniwe – 230 g

kompot/lemoniada – 200ml

JADŁOSPIS

p

DZIEŃ

Jadłospis 2020/10

Wpisany przez Administrator

czwartek, 01 października 2020 16:52 - Poprawiony niedziela, 04 października 2020 13:13

TYGODNIA

JADŁOSPIS

STANDARDOWY

JADŁOSPIS

WEGETARIAŃSKI

poniedziałek

12.10.2020

z	upa	k	rupnik
---	-----	---	--------

kotlet schabowy, ziemniaki, marchewka z groszkiem

kompot/	woda	z cytryną
---------	------	-----------

zupa	k	rupnik
------	---	--------

panierowany kotlet sojowy

kompot/ woda z cytryną

*[1,3,7,9]

wtorek

13.10.2020

zupa grochowa

kurczak w sosie słodko-kwaśnym, ryż

sałata z pomidorem w sosie jogurtowo-czosnowym

kompot/woda z cytryną

zupa grochowa

risotto z warzywami

sałata z pomidorem w sosie jogurtowo-czosnowym

kompot/woda z cytryną

*[1,3,7,9]

środa

14.10.2020

rosół z makaronem

pulpety w sosie koperkowym, ziemniaki, buraczki zasmażane

kompot/woda z cytryną

rosół warzywny z makaronem

kotlety z brokuł, ziemniaki,

buraczki zasmażane

Jadłospis 2020/10

Wpisany przez Administrator

czwartek, 01 października 2020 16:52 - Poprawiony niedziela, 04 października 2020 13:13

kompot/ woda z cytryną ,

*[1,3,7,9]

czwartek

15.10.2020

zupa o górkowa

spaghetti bolognese

kompot/ woda z cytryną,

gruszka

zupa ogórkowa

spaghetti Napoli ,

kompot/ woda z cytryną,

g ruszka

*[1,3,7,19

piątek

16.10.2020

barszcz ukraiński

ryż zapiekany z jabłkiem w jogurcie naturalnym,

kompot/woda z cytryną

barszcz ukraiński

ryż zapiekany z jabłkiem w jogurcie naturalnym,

kompot/woda z cytryną

*[1,3,7,9]

*oznaczenie numeryczne alergenów występujących w jadłospisie standardowym: **1.** gluten; **2.** skorupiaki;

3

. jaja;

4

. ryby;

5. orzeszki ziemne(arachidowe); **6.** soja; **7.** mleko; **8.** orzechy; **9.** seler; **10.** gorczyca; **11.** sezam;

12

. dwutlenek siarki i siarczany;

13. łubin; **14.** mięczaki

gramatura posiłków

zupa -

3

kotlet mielony, schabowy/drobiowy, klops – 105g

bitki/eskalopki - 105g

pulpety a'la język/udko z kurczaka - 120g

chili con carne/potrawka z kurczaka – 1 3

w ieprzowina a'la strogonow/

porcja ryby - 105g

ziemniaki/ kopytka - 130g,

ryż/kasza/ makaron- 120 g

spaghetti / fasolka po bretońsku/

ryż zapiekany z jabłkiem - 240g

surówka /warzywa gotowane z wody– 120g,

sałata – 90 g

naleśniki/pierogi - 240g

Jadłospis 2020/10

Wpisany przez Administrator

czwartek, 01 października 2020 16:52 - Poprawiony niedziela, 04 października 2020 13:13

kluski leniwe – 230 g

kompot/lemoniada – 200ml

JADŁOSPIS

p

DZIEŃ

TYGODNIA

JADŁOSPIS

STANDARDOWY

JADŁOSPIS

WEGETARIAŃSKI

poniedziałek

czwartek, 01 października 2020 16:52 - Poprawiony niedziela, 04 października 2020 13:13

23 / 36

Jadłospis 2020/10

Wpisany przez Administrator

czwartek, 01 października 2020 16:52 - Poprawiony niedziela, 04 października 2020 13:13

20.10.2020

*[1,3,9]

zupa z fasolowa z ziemniakami

p pierogi z mięsem , surówka

kompot/woda z cytryną

zupa z fasolowa z ziemniakami

p pierogi r uskie ,

kompot/woda z cytryną

środa

21.10.2020

zupa pomidorowa z ryżem

k otlet jajeczny y z mar

brokuły gotowane na parze

kompot/woda z cytryną

zupa pomidorowa z ryżem

k otlet jajeczny y z marmeladą

brokuły gotowane na parze

kompot/woda z cytryną

*[1,3,7,9]

czwartek

22.10.2020

zupa szczawiowa z jajkiem

karkówka pieczona w sosie własnym k asza g

Jadłospis 2020/10

Wpisany przez Administrator

czwartek, 01 października 2020 16:52 - Poprawiony niedziela, 04 października 2020 13:13

s urówka z selera i marchewki z rodzynkami

kompot/ woda z cytryną

zupa szczawiowa z jajkiem

k aszotto z e szpinakiem i pieczarkami

s urówka z selera i marchewki z rodzynkami

kompot/woda z cytryną

*[1,3,7,9]

piątek

23.10.2020

barszcz czerwony

kluski śląskie w sosie myśliwskim s urówka z kalafiora

kompot/woda z cytryną

barszcz c zerwony

kluski śląskie w sosie l eśnym ² , s urówka

kompot/woda z cytryną

*[1,3,7,9]

*oznaczenie numeryczne alergenów występujących w jadłospisie standardowym: **1.** gluten; **2.** skorupiaki;

3

. jaja;

4

. ryby;

5. orzeszki ziemne(arachidowe); **6.** soja; **7.** mleko; **8.** orzechy; **9.** seler; **10.** gorczyca; **11.** sezam;

12

. dwutlenek siarki i siarczany;

13. łubin; **14.** mięczaki

gramatura posiłków

zupa - 3 5

kotlet mielony, schabowy/drobiowy, klops – 105g

bitki/eskalopki - 105g

pulpety a'la jezyk/udko z kurczaka - 120g

chili con carne/potrąwka z kurczaka – 1 3 0g

w ieprzowina a'la strogonow/ gulasz

porcja ryby - 105g

ziemniaki/ kopytka - 130g,

ryż/kasza/ makaron- 120 g

spaghetti / fasolka po bretońsku/ łazanki

ryż zapiekany z jabłkiem - 240g

Jadłospis 2020/10

Wpisany przez Administrator

czwartek, 01 października 2020 16:52 - Poprawiony niedziela, 04 października 2020 13:13

surówka /warzywa gotowane z wody– 120g,

sałata – 90 g

naleśniki/pierogi - 240g

kluski leniwe – 230 g

kompot/lemoniada – 200ml

JADŁOSPIS

p

DZIEŃ

TYGODNIA

JADŁOSPIS

STANDARDOWY

JADŁOSPIS

WEGETARIAŃSKI

poniedziałek

26.10.2020

barszcz biały z jajkiem i ziemniakami

gulasz, kasza bulgur, surówka z pora

kompot/woda z cytryną

barszcz biały z jajkiem i ziemniakami

gulasz warzywny, kasza bulgur, surówka z pora

kompot/woda z cytryną

*[1,3,7,9]

Jadłospis 2020/10

Wpisany przez Administrator

czwartek, 01 października 2020 16:52 - Poprawiony niedziela, 04 października 2020 13:13

wtorek

27.10.2020

*[1,3,7,9]

zupa kalafiorowo-brokułowo-serowa z ziemniakami

łazanki z kapustą i pieczarkami

kompot/woda z cytryną, banan

zupa kalafiorowo-brokułowo-serowa z ziemniakami

łazanki z kapustą i pieczarkami

kompot/woda z cytryną, banan

środa

28.10.2020

zupa prowansalska z kaszą jaglaną

czwartek, 01 października 2020 16:52 - Poprawiony niedziela, 04 października 2020 13:13

bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym, kasza jęczmienna

surówka z ogórka kiszzonego, kompot/woda z cytryną

zupa pieczarkowo-porowa z ziemniakami

pieczeń warzywna, k asza jęczmienna

surówka z ogórka kiszzonego, kompot/woda z cytryną

*1,3,7,9

piątek

30.10.2020

zupa dyniowa z drobnym makaronem

pieczona miruna w warzywach, ziemniaki

kompot/woda z cytryną

zupa dyniowa z drobnym makaronem

pulpety z kapusty z cieciorą i piezarką, zie

kompot/woda z cytryną

*1,3,7,9

*oznaczenie numeryczne alergenów występujących w jadłospisie standardowym: **1.** gluten; **2.** skorupiaki;

3

. jaja;

4

. ryby;

5. orzeszki ziemne(arachidowe); **6.** soja; **7.** mleko; **8.** orzechy; **9.** seler; **10.** gorczyca; **11.** sezam;

12

. dwutlenek siarki i siarczany;

13. łubin; **14.** mięczaki

gramatura posiłków

Jadłospis 2020/10

Wpisany przez Administrator

czwartek, 01 października 2020 16:52 - Poprawiony niedziela, 04 października 2020 13:13

zupa - 3 5

kotlet mielony, sc10bowy/drobiowy, klops – 110g

bitki/eskalopki - 105g

pulpety a'la jezyk/udko z kurczaka - 120g

chili con carne/potrąwka z kurczaka – 1 3 0g

w ieprzowina a'la strogonow/ gulasz

porcja ryby - 105g

ziemniaki/ kopytka - 130g,

ryż/kasza/ makaron- 120 g

spaghetti / fasolka po bretońsku/ łazanki

ryż zapiekany z jabłkiem - 240g

surówka /warzywa gotowane z wody– 120g,

sałata – 90 g

naleśniki/pierogi - 240g

kluski leniwe – 230 g

kompot/lemoniada – 200ml

[1](#) cebula, boczek wędzony, pieczarki, ogórek kiszony, koncentrat pomidorowy, przyprawy

[2](#) cebula, pieczarki, ogórek kiszony, koncentrat pomidorowy, przyprawy