

LO 122

grudzień 202 1

JADŁOSPIS

STANDARDOWY

JADŁOSPIS

bezmleczny

JADŁOSPIS

eliminujący gluten

JADŁOSPIS

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

wegetariański (na zamówienie sms tel. 502-82-87-97 do godz. 9:00)

środa

01.12.2021

zupa brokułowa [1,

kopytka w sosie pieczarkowym z soczewicą []

surówka z marchewki [7]

kompot /woda z cytryną

zupa brokułowa [9

kopytka w sosie pieczarkowym z soczewicą []

słupki marchewki

kompot /woda z cytryną

zupa brokułowa [7,9

Wpisany przez Administrator
środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

surówka z marchewki[7]

zupa	brokułowa	[	7,9
------	-----------	---	-----

surówka z marchewki[7]

czwartek

02.12.2021

z upa zacierkowa [

surówka z	selera z	rodzynkami	7
-----------	----------	------------	---

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

kompot /woda z cytryną

z upa zacierkowa [

pieczone udko z kurczaka, ziemniaki

surówka z selera z rodzynkami [3

kompot /woda z cytryną

z upa zacierkowa [

pieczone udko z kurczaka, ziemniaki

surówka z selera z rodzynkami [7

kompot /woda z cytryną

z upa zacierkowa [

pieczone warzywa z tofu, ziemniaki

surówka z selera z rodzynkami [7

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

kompot /woda z cytryną

piątek

03.12.2021

zupa pomidorowa z ryżem

kotlet rybn y z

kompot /woda z cytryną

zupa pomidorowa z ryżem

kotlet rybn y z

ziemniaki , s urówka z kapusty k

kompot /woda z cytryną

zupa pomidorowa z ryżem

kotlet rybn y z

kompot /woda z cytryną

zupa pomidorowa z ryżem

kotlet jajeczny z m archewką

kompot /woda z cytryną

*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 – 110g

bitki/eskalopki - 110g

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

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

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

w ieprzowina a'la strogonow/ gulasz

porcja ryby - 110g

ziemniaki - 130g

kopytka - 170g

ryż/kasza/ makaron- 120 g

spaghetti / fasolka po bretońsku – 240g

ryż zapiekany z jabłkiem - 240g

surówka /warzywa gotowane z wody– 120g,

sałata – 90 g

naleśniki/pierogi - 240g

kluski leniwe – 230 g

kompot/lemoniada – 200ml

LO 122

grudzień 202 1

JADŁOSPIS STANDARDOWY

JADŁOSPIS

bezmleczny

JADŁOSPIS

Wpisany przez Administrator
środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

JADŁOSPIS *wegetariańska* zamówienie sms tel. 502-82-87-97 do godz. 9:00)

06.12.2021

spaghetti bolognese z ser 1,7

zupa szczawiowa z jajkiem [3,

spaghetti bolognese [1]

kompot/woda z cytryną, jabłko/banan

zupa szczawiowa z jajkiem [3,

spaghetti bolognese z ser~~7~~em[]

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

kompot/woda z cytryną, jabłko/banan

zupa szczawiowa z jajkiem [3,

spaghetti Napoli z zielonym groszkiem i serem[]

kompot/woda z cytryną, jabłko/banan

wtorek

07.12.2021

zupa pieczarkowa z makaronem[]

kotlet schabowy [1,3

marchewka z groszkiem [1,7]

kompot/ woda z cytryną

zupa pieczarkowa z makaronem[]

kotlet schabowy [1,3

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

marchewka z groszkiem

kompot/woda z cytryną

zupa pieczarkowa z makaronem[]

kotlet schabowy [3

marchewka z groszkiem

kompot/woda z cytryną

zupa pieczarkowa z makaronem[]

kotlet sojowy [1,3

marchewka z groszkiem

kompot/woda z cytryną

środa

08.12.2021

zupa ogórkowa[**7,9**]

pierogi ruskie w cebulce[**1,7**],

surówka z buraków z jabłkiem

kompot/ woda z cytryną

zupa ogórkowa[**9**]

pierogi z kapustą i pieczarkami w cebulce[]

surówka z buraków z jabłkiem

kompot/woda z cytryną

zupa ogórkowa[**7,9**]

makaron z białym serem w jogurcie[]

kompot/ woda z cytryną

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

zupa ogórkowa[**7,9**]

pierogi ruskie w cebulce[**1,7**],

surówka z buraków z jabłkiem

kompot/woda z cytryną

czwartek

09.12.2021

zupa krupnik [**1,9**

indyk pieczony w dyni[

modra kapusta z żurawiną

kompot/ woda z cytryną

zupa krupnik [**1,9**

indyk pieczony w dyni[

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

modra kapusta z żurawiną

kompot/ woda z cytryną

r yżanka z ziemniakami [9]

indyk pieczony w dyni

modra kapusta z żurawiną

kompot/woda z cytryną

zupa krupnik [1,9

kotlet z dyni z pieczarkami 1 ,3

kompot/woda z cytryną

piątek

10.12.2021

zupa koperkowa z wędzonym łososiem [7,9]

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

naleśniki z serem w jogurcie naturalnym [1,9]

kompot/ woda z cytryną , mandarynka

zupa koperkowa z wędzonym łososiem [4,9]

naleśniki z wiśniami z murem z brzoskwiń [1,9]

kompot/woda z cytryną, mandarynka

zupa koperkowa z wędzonym łososiem [7,9]

naleśniki z serem w jogurcie naturalnym [1,9]

kompot/woda z cytryną, mandarynka

zupa koperkowa z ziemniakami [1,9]

naleśniki z serem w jogurcie naturalnym [1,9]

kompot/woda z cytryną, mandarynka

*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 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

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

kotlet mielony, schabowy/drobiowy, klops – 110g

bitki/eskalopki - 110g

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

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

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

porcja ryby - 110g

ziemniaki - 130g

kopytka - 230g

ryż/kasza/ makaron- 120 g

spaghetti /	fasolka po bretońsku	– 240g
-------------	----------------------	--------

ryż zapiekany z jabłkiem - 240g

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

surówka /warzywa gotowane z wody– 120g,

sałata – 90 g

naleśniki/pierogi - 240g

kluski leniwe – 230 g

kompot/lemoniada – 200ml

L O 122

grudzień 2021

JADŁOSPIS

STANDARDOWY

JADŁOSPIS

bezmleczny

JADŁOSPIS

eliminujący gluten

JADŁOSPIS

wegetariański (*na zamówienie sms tel. 502-82-87-97 do godz*

poniedziałek

13.12.2021

żurek z jajkiem i ziemniakami, 9]

b itki wieprzowe ze schabu w sosie

surówka z kapusty pekińskiej,]

Wpisany przez Administrator
środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

kompot/ woda z cytryną

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

wtorek

14.12.2021

rosół z makaronem [1,

kotlet pożarski[1,3], ziemniaki,

bukiet warzyw

kompot/woda z cytryną

rosół z makaronem [1,

kotlet pożarski[1,3], ziemniaki,

bukiet warzyw

kompot/woda z cytryną

rosół z makaronem [9

Wpisany przez Administrator
środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

bukiet warzyw

kompot/woda z cytryną

rosół z makaronem [1,

kotlet z fasoli[**1,3**], ziemniaki,

bukiet warzyw

kompot/woda z cytryną

środa

15.12.2021

z upa z fasolką szparagową[7,9]

krokiety z jajkiem i pieczarkami

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

surówka z pora z jabłkiem i marchewką[]

kompot/woda z cytryną,

z upa z fasolką szparagową[]

krokiety z jajkiem i pieczarkami[]

surówka z pora z jabłkiem i marchewką[]

kompot/woda z cytryną,

z upa z fasolką szparagową[7,9]

makaron z sosem pieczarkowym z tofu

surówka z pora z jabłkiem i marchewką[]

kompot/woda z cytryną,

z upa z fasolką szparagową[7,9]

krokiety z jajkiem i pieczarkami[]

Wpisany przez Administrator
środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

kompot/woda z cytryną,

czwartek

16.12.2021

barszcz czerwony[7,9]

gulasz wieprzowy [1], kasza gryczana,

surówka z ogórka kiszzonego z cebulką

kompot/woda z cytryną

barszcz czerwony[9]

gulasz wieprzowy[1], kasza gryczana,

surówka z ogórka kiszonego z cebulką

kompot/woda z cytryną

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

barszcz czerwony[7,9]

gulasz wieprzowy, kasza gryczana,

surówka z ogórka kiszzonego z cebulką

kompot/woda z cytryną

barszcz czerwony[7,9]

gulasz warzywny z ciecierzycą[], kasza gryczana, surówka z ogórka

piątek

17.12.2021

zupa porowa z pstrągiem [**4,7**

k luski leniwe na maśle w bułce tartej[**1,3,7**

kompot/woda z cytryną

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

zupa	porowa z pstrągiem	[	4
------	--------------------	---	---

k	luski	śląskie	w
---	-------	---------	---

słupki	z	marchewki
--------	---	-----------

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

kompot/woda z cytryną

zupa porowa z pstrągiem [4,7

k luski śląskie na maśle

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

surówka z marchewki[7]

kompot/woda z cytryną

zupa porowa z ziemniakami [

k luski leniwe na maśle w bułce tartej[**1,3,7**

kompot/woda z cytryną

*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;

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

13. łubin; **14.** mięczaki

gramatura posiłków

zupa -

3

5

kotlet mielony, schabowy/drobiowy, klops – 110g

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

bitki/eskalopki - 110g

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

chili con carne/potrawka z kurczaka – 1 3

0g

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

w ieprzowina a'la strogonow/ gulasz

porcja ryby - 110g

ziemniaki/ kopytka - 130g

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

ryż/kasza/ makaron- 120 g

spaghetti /

fasolka po bretońsku

– 240g

ryż zapiekany z jabłkiem - 240g

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

surówka /warzywa gotowane z wody– 120g,

sałata – 90 g

naleśniki/pierogi - 240g

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

kluski leniwe – 230 g

kompot/lemoniada – 200ml

LO 122

grudzień

2021

JADŁOSPIS

STANDARDOWY

JADŁOSPIS

bezmleczny

JADŁOSPIS

eliminujący gluten

JADŁOSPIS

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

wegetariański (*na zamówienie*

sms tel. 502-82-87-97 do godz. 9:00)

poniedziałek

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

20.12.2021

zupa	ogórkowa	[	7,9
------	----------	---	-----

spaghetti	bolognese	z serem	[	1,
-----------	-----------	---------	---	----

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

kompot/ woda z cytryną, jabłko

zupa ogórkowa [9

spaghetti bolognese [1]

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

kompot/woda z cytryną, jabłko

zupa	ogórkowa	[	7,9
------	----------	---	-----

spaghetti	bolognese	z serem	[	7
-----------	-----------	---------	---	---

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

kompot/woda z cytryną, jabłko

zupa	ogórkowa	[	7,9
------	----------	---	-----

spaghetti	Napoli	z groszkiem	[
-----------	--------	-------------	---

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

kompot/woda z cytryną, jabłko

wtorek

21.12.2021

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

zupa k	alafiorowa[	7	,9
--------	-------------	---	----

schab	pieczony	w sosie piernikowym	[
-------	----------	---------------------	---

kasza	jęczmienna	[	1]
-------	------------	---	----

kompot /woda z cytryną

zupa kalafiorowa[**9**]

schab pieczony w sosie piernikowym [

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

kasza	jęczmienna	[	1]
-------	------------	---	----

kompot /woda z cytryną

zupa kalafiorowa[	7	,9	]
-------------------	---	----	---

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

schab

pieczony

w sosie piernikowym,

kasza

gryczana,

buraczki zasmażane,

kompot /woda z cytryną

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

zupa kalafiorowa[7 ,9]

pulpeciki z ciecioroki w sosie piernikowym [1

kasza jęczmienna [1]

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

kompot /woda z cytryną

środa

22.12.2021

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

zupa minestrone [1](#) [9]

pierogi z kapustą i pieczarkami w cebulce []

kompot/woda z cytryną

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

mandarynka/banan

zupa minestrone[9]

pierogi z kapustą i pieczarkami w cebulce[1]

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

kompot/woda z cytryną, mandarynka/banan

zupa minestrone[9]

makaron z k apustą i pieczarkami

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

kompot/woda z cytryną, mandarynka/banan

zupa minestrone[9]

pierogi z kapustą i pieczarkami w cebulce[]

kompot/woda z cytryną, mandarynka/banan

*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

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

gramatura posiłków

zupa -

3

5

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

kotlet mielony, schabowy/drobiowy, klops – 110g

bitki/eskalopki - 110g

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

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

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

w ieprzowina a'la strogonow/ gulasz

porcja ryby - 110g

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

ziemniaki/ kopytka - 130g

ryż/kasza/ makaron- 120 g

spaghetti /

fasolka po bretońsku

– 240g

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

ryż zapiekany z jabłkiem - 240g

surówka /warzywa gotowane z wody– 120g,

sałata – 90 g

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

naleśniki/pierogi - 240g

kluski leniwe – 230 g

kompot/lemoniada – 200ml

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

Jadłospis 2021/12

Wpisany przez Administrator

środa, 01 grudnia 2021 03:22 - Poprawiony sobota, 11 grudnia 2021 03:36

[1](#) wywar drobiowy, włoszczyzna(**seler**), ziemniaki, cukinia, kapusta, groszek, papryka,

koncentrat pomidorowy, przyprawy