

LO 122

luty 202 3

JADŁOSPIS

STANDARDOWY

JADŁOSPIS

bezmleczny

JADŁOSPIS

eliminujący gluten

JADŁOSPIS

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

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

środa

01.02.2023

zupa Shrek[7,9]

spaghetti bolognese z żółtym serem[7],

kompot/woda z cytryną,

zupa Shrek[9]

spaghetti bolognese[1],

kompot/woda z cytryną,

zupa Shrek[7,9]

spaghetti bolognese z żółtym serem[7],

kompot/woda z cytryną,

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

zupa Shrek[7,9]

spaghetti N apoli z groszkiem [

kompot/woda z cytryną,

czwartek

02.02.2023

rosół z makaronem[1,9]

kotlet jajeczny[1,3], ziemniaki,

surówka z buraków

kompot/woda z cytryną

rosół z makaronem[1,9]

kotlet jajeczny[1,3], ziemniaki,

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

surówka z buraków

kompot/woda z cytryną

rosół z makaronem[9]

kotlet jajeczny[,3], ziemniaki,

surówka z buraków

kompot/woda z cytryną

rosół warzywny z makaronem[1,9]

kotlet jajeczny[1,3], ziemniaki,

surówka z buraków

kompot/woda z cytryną

piątek

03.02.2023

zupa porowa z łososiem[4,7,9]

kluski leniwe na maselku w sosie tartym[1,3,7],

surówka z marchewki z jabłkiem[7]

kompot/woda z cytryną

zupa porowa z łososiem[4,9]

kluski śląskie w sosie pieczarkowym,

surówka z marchewki z jabłkiem

kompot/woda z cytryną

zupa porowa z łososiem[4,7,9]

kluski śląskie w sosie pieczarkowym,

surówka z marchewki z jabłkiem[7]

kompot/woda z cytryną

zupa porowa[7,9]

kluski leniwe na maselku[1,3,5],
pulce tartej[]

surówka z marchewki z jabłkiem[]

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

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

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

porcja ryby - 110g

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

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

luty 202 3

JADŁOSPIS STANDARDOWY

JADŁOSPIS

bezmleczny

Wpisany przez Administrator
wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

eliminujący gluten

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

poniedziałek

06.02.2023

z upa zacierkowa [

kotlet pożarski[**1,3**], ziemniaki

marchew	z groszkiem	[	1,7	]
---------	-------------	---	-----	---

kompot/woda z cytryną

z upa zacierkowa [

kotlet pożarski[**1,3**], ziemniaki

marchew z groszkiem

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

kompot /woda z cytryną

z upa zacierkowa [

kotlet pożarski[3], ziemniaki

marchew z groszkiem

kompot /woda z cytryną

z upa zacierkowa [

kaszotto z tofu[1]

marchew z groszkiem [1,7]

kompot /woda z cytryną

wtorek

07.02.2023

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

zupa	kalafiorowa	[	7
b	itki wieprzowe	ze schabu	w sosie
własnym	[1	], kasza jęczmienna z oliwkami i suszonymi	
modra	kapusta z rodzynkami		
kompot	/woda z cytryną		
zupa	kalafiorowa	[	9
b	itki wieprzowe	ze schabu	w sosie
własnym	[1	], kasza jęczmienna z oliwkami i suszonymi	por
modra	kapusta z rodzynkami		
kompot/woda	z cytryną		
zupa	kalafiorowa	[	7
b	itki wieprzowe	ze schabu	soute

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

modra kapusta z rodzynkami

kompot/woda z cytryną

zupa kalafiorowa [7

kotlet cukiniowo-dyniowy z serem 1, 3,7

modra kapusta z rodzynkami

kompot/woda z cytryną

środa

08.02.2023

zupa szczawiowa z jajkiem [4, 7,9

pierogi z ziemniakami i serem 1,7 w cebulce[], surówka z buraczkami

kompot /woda z cytryną

zupa szczawiowa z jajkiem [4 ,9

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator
wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

pierogi z mięsem w cebulce[]

surówka z buraczków

kompot/woda z cytryną

zupa szczawiowa z jajkiem [4, 7,9]

makaron z kapustą i pieczarkami

surówka z buraczków

kompot/woda z cytryną

zupa szczawiowa z jajkiem [4, 7,9]

pierogi z ziemniakami i serem w cebulce[], surówka z buraczków

kompot /woda z cytryną

czwartek

09.02.2023

zupa z fasolki szparagowej [7

kapusta faszerowana w sosie pomidorowym [1,3,7

kompot/woda z cytryną

zupa z fasolki szparagowej [9

kapusta faszerowana w sosie pomidorowym [1,3

kompot/woda z cytryną

zupa z fasolki szparagowej [7

kapusta faszerowana w sosie pomidorowym [3,7

kompot/woda z cytryną

zupa z fasolki szparagowej [7

kapusta faszerowana w sosie pomidorowym [1,3,7

kompot/woda z cytryną

piątek

10.02.2023

zupa neapolitańska z makaronem[1, 7,9]

kotlet rybny z cieciorą i marchewką[1,3,4], ziemniaki,

surówka z kapusty kiszanej

kompot /woda z cytryną

zupa pomidorowa z makaronem[1, 9 ,

kotlet rybny z cieciorą i marchewką[1,3,4], ziemniaki,

surówka z kapusty kiszanej

kompot /woda z cytryną

zupa neapolitańska z makaronem[1, 7,9]

Wpisany przez Administrator
wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

. 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

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

w ieprzowina a'la strogonow/ gulasz

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

porcja ryby - 110g

ziemniaki - 130g

kopytka - 230g

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

luty/marzec 2023

STANDARDOWY

JADŁOSPIS

bezmleczny

JADŁOSPIS

eliminujący gluten

JADŁOSPIS

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

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

poniedziałek

27.02.2023

zupa	o	górkowa	[	7,9
------	---	---------	---	-----

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

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

zupa	o	górkowa	[	9
------	---	---------	---	---

spaghetti	bolognese	[	1	]
-----------	-----------	---	---	---

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

zupa	o	górkowa	[	7,9
------	---	---------	---	-----

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

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

zupa	o	górkowa	[	7,9
------	---	---------	---	-----

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

spaghetti Naponi z groszkiem i żółtym serem [

wtorek

28.02.2023

zupa pieczarkowo-porowa 7,9]

marokański kurczak z morelami i migdałami ,

zupa pieczarkowo-porowa 9]

marokański kurczak z morelami i migdałami ,

zupa pieczarkowo-porowa 7,9]

marokański kurczak z morelami i migdałami, z kurczakiem i migdałami

kompot /w o da z cytryną,

zupa pieczarkowo-porowa 7,9]

bakłażan z cukinią, morelami i migdałami,

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

kasza kuskus[**1**], surówka z buraków[**7**

kompot /w o da z cytryną,

środa

01.03.2023

zupa pomidorowa z makaronem[**1,7,9**

kotlet mielony[**1,3**], ziemniaki

warzywa gotowane na parze

kompot/woda z cytryną

zupa pomidorowa z makaronem [**1,9**

kotlet mielony[**1,3**], ziemniaki

warzywa gotowane na parze

kompot/woda z cytryną

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

zupa	pomidorowa	z makaronem[	7,9
------	------------	--------------	------------

kotlet	mielony[	3	], ziemniaki
--------	----------	----------	--------------

warzywa gotowane na parze

kompot/woda z cytryną

zupa	pomidorowa	z makaronem[	1,7,9
------	------------	--------------	--------------

kotlet	jajeczny[	1,3	], ziemniaki
--------	-----------	------------	--------------

warzywa gotowane na parze

kompot/woda z cytryną

czwartek

02.03.2023

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

g	ulasz	wieprzowy[	1
---	-------	------------	---

surówka z ogórka kiszzonego

kompot/woda z cytryną

zupa brokułowa[	9	]
-----------------	---	---

g	ulasz	wieprzowy[	1
---	-------	------------	---

surówka z ogórka kiszzonego

kompot/woda z cytryną

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

g	ulasz	wieprzowy,	kasza gryczana
---	-------	------------	----------------

surówka z ogórka kiszzonego

kompot/woda z cytryną

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

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

g ulasz warzywny z cieciorą[1

kasza bulgur[1], surówka z ogórka kiszzonego, woda z cy

piątek

03.03.2023

zupa koperkowa z łososiem[17,9]

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

naleśniki z serem w jogurcie naturalnym[13,7]

kompot/woda z cytryną

zupa koperkowa z łososiem[4,9]

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

naleśniki z wiśniami w jogurcie sojowym[1,3]

kompot/woda z cytryną

zupa koperkowa z łososiem[4,7,9]

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

naleśniki z serem w jogurcie naturalnym[8,7]

kompot/woda z cytryną

zupa koperkowa [7,9]

naleśniki z serem w jogurt^{1,3,7} naturalnym[]

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

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

bitki/eskalopki - 110g

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

chili con carne/potrawka z kurczaka – 1 3

0g

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

ziemniaki/ kopytka - 130g

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

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

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12

kluski leniwe – 230 g

kompot/lemoniada – 200ml

Jadłospis 2023/02

Wpisany przez Administrator

wtorek, 31 stycznia 2023 05:22 - Poprawiony czwartek, 02 lutego 2023 17:12
