**jadłospis od 03.10.2022 do 07.10.2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Poniedziałek**  **03.10.2022r** | **Wtorek**  **04.10.2022r** | **Środa**  **05.10.2022r.** | **Czwartek**  **06.10.2022r** | **Piątek**  **07.10.2022r** |
| **Śniadania** | Płatki kukurydziane z mlekiem  rogal z masłem  rzodkiewka, szczypiorek  konfitura  miód  herbata z cytyną  banan | Pieczywo mieszane  z masłem  natka pietruszki  parówka z wody  keczup  dżem  Kawa na mleku/ herbata  papryka do pochrupania | Zupa mleczna z makaronem  Pieczywo z masłem  pasztet drobiowy- wyrób własny, ogórek kiszony, natka, powidła  Herbata rumiankowa,  gruszka | Pieczywo mieszane z masłem  kiełbasa krakowska sucha  Jajko faszerowane natką  Ogórek świeży, rzodkiewka, szczypior, sałata  dżem  Bawarka/ herbata | Pieczywo mieszane z masłem  jajecznica ze szczypiorkiem  konfitura  Kawa na mleku/ herbata  gruszka |
| **Obiady** | Zupa wielowarzywna z ziemniakami  Makaron spaghetti z sosem bolognezee  Ogórek kiszony cząstka  Napój jabłkowo-miętowy  z goździkiem | Zupa krupnik z ziemniakami  Ziemniaki  pałka z kurczaka  sosie własny  Sałata z rzodkiewką, ogórkiem świeżym, szczypiorkiem i oliwą  Kompot owocowy | Zupa kapuśniak z ze świeżej i kiszonej kapusty z pomidorami i ziemniakami  mix kasz  pulpeciki w ciemnym sosie  Buraczki plaster  surówka z rzepy, jabłka i śmietany  Kompot jabłkowo-cytrynowy z miętą | Zupa buraczkowa z ziemniakami  naleśniki z dżemem/ serkiem waniliowym/ owoc- kiwi  napój cytrynowy z imbirem | Zupa owocowa  Ziemniaki  Kotlet rybny  Sos pomidorowy  surówka z kiszonej kapusty  brokuł gotowany  Kompot owocowy |
| **Podwieczorek** | Wafle przekładane z powidłami i czekoladą  jabłko  Herbata rumiankowa | Budyń czekoladowy  jabłko  herbata | Ciasteczka owsiane czekolada  jabłko  herbata lipowa | Mus truskawkowo-bananowy z płatkami i bakaliami  herbata | Placuszki proszkowe z cukrem pudrem  Herbata |

**Lista alergenów:**

1. **mleko krowie**
2. **jajka**
3. **ryby**
4. **skorupiaki**
5. **zboża zawierające gluten ( pszenica, owies, jęczmień, żyto)**
6. **orzechy drzewne (laskowe, włoskie, nerkowca, makadamie, pekan, pistacjowe, brazylijskie, migdały)**
7. **orzechy ziemne**
8. **soja**
9. **seler**
10. **sezam**
11. **gorczyca**
12. **łubin**
13. **mięczaki**
14. **dwutlenek siarki oraz siarczany w stężeniu>10mg/kg lub >10mg/l**

**jadłospis od 10.10.2022 do 15.14.2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Poniedziałek**  **10.10.2022r** | **Wtorek**  **11.10.2022r** | **Środa**  **12.10.2022r.** | **Czwartek**  **13.10.2022r** | **Piątek**  **14.10.2022r** |
| **Śniadania** | Zupa mleczna z płatkami owsianymi i żurawiną  bułka grahamka / pieczywo mieszane z masłem  pomidor, szczypiorek  powidła  herbata z cytryną i miodem  jabłko | Chleb wiejski z masłem  ser żółty tarty ,  ogórek kiszony, natka pietruszki  powidła  Kakao/ herbata  Banan, | Zupa z kluskami lanymi  pieczywo z masłem z masłem  pasta szynkowa  konfitura  Herbata  gruszka | Chleb wiejski z masłem  plaster sera białego  Pasta z makreli  pierś z kurczaka-wyrób własny  Pomidor, sałata, szczypior  rzodkiewka,  konfitura  Bawarka/herbata | Pieczywo z masłem  Pasta jajeczna ze szczypiorkiem  Miód  Kawa inka bez mleka/ herbata  marchewka do pochrupania |
| **Obiady** | Zupa marchewkowa na rosole z ziemniakami  ziemniaki  kopsiki z kalafiorem  w sosie własnym  surówka z pora , jabłka i marchewki  kompot owocowy | Zupa pomidorowa z ryżem  ziemniaki z soczewicą  kotlet wieprzowy panierowany  sos własny  buraczki  warzywa z wody  napój jabłkowo- miętowy | Zupa barszcz ukraiński z ziemniakami  ziemniaki puree  Udko z kurczaka  Sos własny  marchewka z groszkiem  Kompot owocowy | Zupa bulionowa z warzywami  Ziemniaki  Gołąbki w sosie pomidorowym  Napój cytrynowy z miętą | Zupa ogórkowa z ziemniakami  pierogi leniwe z masłem, cukrem i cynamonem  marchewka z ananasem  napój cytrynowy |
| **Podwieczorek** | Bułeczki drożdżowe  z kruszonką  śliwka  herbata z cytryną | Ciasto kruche z jabłkiem  herbata | Kisiel owocowy na gęsto z jogurtem naturalnym  gorzka czekolada  herbata | biszkopt z jabłkiem i cukrem pudrem  herbata | Mus jabłkowy  rurka waflowa  herbata |

**Lista alergenów:**

1. **mleko krowie**
2. **jajka**
3. **ryby**
4. **skorupiaki**
5. **zboża zawierające gluten ( pszenica, owies, jęczmień, żyto)**
6. **orzechy drzewne (laskowe, włoskie, nerkowca, makadamie, pekan, pistacjowe, brazylijskie, migdały)**
7. **orzechy ziemne**
8. **soja**
9. **seler**
10. **sezam**
11. **gorczyca**
12. **łubin**
13. **mięczaki**
14. **dwutlenek siarki oraz siarczany w stężeniu>10mg/kg lub >10mg/l**