**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 mlekiemrogal z masłemrzodkiewka, szczypiorekkonfituramiódherbata z cytynąbanan | Pieczywo mieszanez masłemnatka pietruszkiparówka z wodykeczupdżemKawa na mleku/ herbatapapryka do pochrupania | Zupa mleczna z makaronemPieczywo z masłempasztet drobiowy- wyrób własny, ogórek kiszony, natka, powidłaHerbata rumiankowa,gruszka | Pieczywo mieszane z masłemkiełbasa krakowska suchaJajko faszerowane natkąOgórek świeży, rzodkiewka, szczypior, sałatadżemBawarka/ herbata | Pieczywo mieszane z masłemjajecznica ze szczypiorkiemkonfituraKawa na mleku/ herbatagruszka |
| **Obiady** | Zupa wielowarzywna z ziemniakamiMakaron spaghetti z sosem bolognezeeOgórek kiszony cząstkaNapój jabłkowo-miętowyz goździkiem | Zupa krupnik z ziemniakamiZiemniakipałka z kurczakasosie własnySałata z rzodkiewką, ogórkiem świeżym, szczypiorkiem i oliwąKompot owocowy | Zupa kapuśniak z ze świeżej i kiszonej kapusty z pomidorami i ziemniakamimix kaszpulpeciki w ciemnym sosieBuraczki plastersurówka z rzepy, jabłka i śmietanyKompot jabłkowo-cytrynowy z miętą | Zupa buraczkowa z ziemniakaminaleśniki z dżemem/ serkiem waniliowym/ owoc- kiwinapój cytrynowy z imbirem | Zupa owocowaZiemniakiKotlet rybnySos pomidorowysurówka z kiszonej kapustybrokuł gotowanyKompot owocowy |
| **Podwieczorek** | Wafle przekładane z powidłami i czekoladąjabłkoHerbata rumiankowa | Budyń czekoladowyjabłkoherbata | Ciasteczka owsiane czekoladajabłkoherbata lipowa | Mus truskawkowo-bananowy z płatkami i bakaliamiherbata | Placuszki proszkowe z cukrem pudremHerbata |

**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 żurawinąbułka grahamka / pieczywo mieszane z masłempomidor, szczypiorekpowidłaherbata z cytryną i miodemjabłko | Chleb wiejski z masłemser żółty tarty ,ogórek kiszony, natka pietruszkipowidłaKakao/ herbataBanan, | Zupa z kluskami lanymipieczywo z masłem z masłempasta szynkowakonfituraHerbatagruszka | Chleb wiejski z masłemplaster sera białegoPasta z makrelipierś z kurczaka-wyrób własnyPomidor, sałata, szczypiorrzodkiewka,konfituraBawarka/herbata | Pieczywo z masłemPasta jajeczna ze szczypiorkiemMiódKawa inka bez mleka/ herbatamarchewka do pochrupania |
| **Obiady** | Zupa marchewkowa na rosole z ziemniakamiziemniaki kopsiki z kalafioremw sosie własnymsurówka z pora , jabłka i marchewkikompot owocowy | Zupa pomidorowa z ryżemziemniaki z soczewicąkotlet wieprzowy panierowanysos własnyburaczkiwarzywa z wodynapój jabłkowo- miętowy | Zupa barszcz ukraiński z ziemniakamiziemniaki pureeUdko z kurczakaSos własnymarchewka z groszkiemKompot owocowy | Zupa bulionowa z warzywamiZiemniakiGołąbki w sosie pomidorowymNapój cytrynowy z miętą | Zupa ogórkowa z ziemniakamipierogi leniwe z masłem, cukrem i cynamonemmarchewka z ananasemnapój cytrynowy |
| **Podwieczorek** | Bułeczki drożdżowez kruszonkąśliwkaherbata z cytryną | Ciasto kruche z jabłkiemherbata | Kisiel owocowy na gęsto z jogurtem naturalnymgorzka czekoladaherbata | biszkopt z jabłkiem i cukrem pudremherbata | Mus jabłkowyrurka waflowaherbata |

**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**