**jadłospis od 17.10.2022 do 21.10.2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Poniedziałek**  **17.10.2022r** | **Wtorek**  **18.10.2022r** | **Środa**  **19.10.2022r.** | **Czwartek**  **20.10.2022r** | **Piątek**  **21.10.2022r** |
| **Śniadania** | Płatki kukurydziane na mleku  Bułka maślana z masłem  Serek wiejski  konfitura  herbata z cytryną i miodem  jabłko | Pieczywo mieszane z masłem  kiełbasa krakowska,  natka ogórek kiszony, Powidła,  Kawa na mleku/ herbata  gruszka | Zupa mleczna z kluskami lanymi  Pieczywo mieszane z masłem  pasztet wieprzowy-wyrób własny  rzodkiewka, szczypior,  miód  Herbata  jabłko | Pieczywo mieszane z masłem  pasta z awokado,  kabanosy wieprzowe,  szynka drobiowa  Ogórek świeży, pomidor, sałata, szczypiorek,  dżem  Bawarka/ herbata | Pieczywo mieszane z masłem  jajecznica ze szczypiorkiem  powidła  kakao / herbata  jabłko |
| **Obiady** | Zupa kapuśniak ze świeżej i kiszonej kapusty  z pomidorami i ziemniakami  gulasz wieprzowy z kaszą gryczaną  marchewka z groszkiem  kompot śliwkowo-jabłkowy z miodem | Zupa ryżowa  Puree z selerem  Gros z piersi kurczaka  Sos czosnkowy  Sałata z rzodkiewką, ogórkiem, szczypiorkiem i oliwą  Kompot owocowy | Krem z buraka  ziemniaki  sos własny  zraziki z marchewką  Ogórek kiszony cząstka surówka z papryki i porów  Kompot śliwkowy | Zupa pomidorowa z makaronem  Ziemniaki z soczewicą  sos własny  kotlet mielony drobiowy z brokułem  sałatka z buraczków  Napój jabłkowo-cytrynowy z goździkiem | Zupa owocowa  Ziemniaki  Kotlet rybny  Sos pomidorowy  Surówka z kiszonej kapusty  woda z cytryną, imbirem i miodem |
| **Podwieczorek** | Galaretka cytrynowa  herbatniki be-be  herbata | Mufinki z lukrem  banan  Herbata | Piernik-wyrób własny  Herbata z cytryną i miodem | Budyń czekoladowy  Plaster pomarańczy  Herbata | Ciasto kruche ze śliwką  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 24.10.2022 do 28.10.2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Poniedziałek**  **24.10.2022r** | **Wtorek**  **25.10.2022r** | **Środa**  **26.10.2022r.** | **Czwartek**  **27.10.2022r** | **Piątek**  **28.10.2022r** |
| **Śniadania** | Owsianka na mleku z żurawiną  Pieczywo z masłem,  pomidor, szczypiorek  Nutella -wyrób własny  Herbata  gruszka | Pieczywo mieszane z masłem  parówka z wody  sos musztardowo-keczupowy  powidła  Kawa na mleku/ herbata  jabłko | Zupa mleczna zacierka  Pieczywo z masłem  szynka wieprzowa- wyrób własny  Papryka świeża, natka  dżem  herbata  gruszka | Pieczywo pszenne z masłem, sałatą, szynką drobiową,  pieczywo razowe z pastą z warzyw ze słonecznikiem,  pasta z tuńczyka, cebulki i natki pietruszki,  dżem  Bawarka/herbata | Pieczywo z masłem  paprykarz wyrób własny  Natka pietruszki,  ogórek kiszony,  powidła  Kawa czarna/ herbata z cytryną  gruszka |
| **Obiady** | Zupa kalafiorowa z ziemniakami  pyzy z mięsem, cebulką i masełkiem,  kapusta biała zasmażana,  Napój miodowo-cytrynowy | Krem z dyni  Ziemniaki z soczewicą,  Kotlet drobiowy panierowany  Sos własny  surówka z czerwonej kapusty i jabłek  Kompot jabłkowy | Zupa z fasolki przecierana ziemniaki  sos własny,  kotlet mielony,  buraczki zasmażane,  Ogórek kiszony cząstka  Kompot śliwkowy | Barszcz biały z jajkiem  Ziemniaki  Pałeczka z kurczaka  Sos własny  Groszek, marchewka  Kompot gruszkowy z cytryną i miodem | Zupa ogórkowa  Pierogi ruskie z cebulką  Surówka z marchewki i jabłka  Kompot z czarnej porzeczki i jabłka |
| **Podwieczorek** | Kanapki z masłem, twarożkiem, szynką wieprzową, kiełkami , pomidorem i szczypiorkiem  Herbata | Kasza manna z musem owocowym  herbata | Wafle andruty przekładane czekoladą i powidłami, jabłko  Herbata | Kluski twarogowo-dyniowe  herbata | Cynamonowe ciasteczko owsiane z musem jabłkowym i jogurtem naturalnym  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**