**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 mlekuBułka maślana z masłemSerek wiejskikonfituraherbata z cytryną i miodemjabłko | Pieczywo mieszane z masłemkiełbasa krakowska,natka ogórek kiszony, Powidła,Kawa na mleku/ herbatagruszka | Zupa mleczna z kluskami lanymiPieczywo mieszane z masłempasztet wieprzowy-wyrób własnyrzodkiewka, szczypior,miódHerbatajabłko | Pieczywo mieszane z masłempasta z awokado,kabanosy wieprzowe,szynka drobiowaOgórek świeży, pomidor, sałata, szczypiorek,dżemBawarka/ herbata | Pieczywo mieszane z masłemjajecznica ze szczypiorkiempowidłakakao / herbatajabłko |
| **Obiady** | Zupa kapuśniak ze świeżej i kiszonej kapustyz pomidorami i ziemniakamigulasz wieprzowy z kaszą gryczanąmarchewka z groszkiemkompot śliwkowo-jabłkowy z miodem | Zupa ryżowaPuree z seleremGros z piersi kurczakaSos czosnkowySałata z rzodkiewką, ogórkiem, szczypiorkiem i oliwąKompot owocowy | Krem z burakaziemniakisos własnyzraziki z marchewkąOgórek kiszony cząstka surówka z papryki i porówKompot śliwkowy | Zupa pomidorowa z makaronemZiemniaki z soczewicąsos własnykotlet mielony drobiowy z brokułemsałatka z buraczkówNapój jabłkowo-cytrynowy z goździkiem | Zupa owocowaZiemniakiKotlet rybnySos pomidorowySurówka z kiszonej kapustywoda z cytryną, imbirem i miodem |
| **Podwieczorek** | Galaretka cytrynowaherbatniki be-beherbata | Mufinki z lukrembananHerbata | Piernik-wyrób własnyHerbata z cytryną i miodem | Budyń czekoladowyPlaster pomarańczyHerbata | Ciasto kruche ze śliwkąHerbata |

**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 żurawinąPieczywo z masłem,pomidor, szczypiorekNutella -wyrób własnyHerbatagruszka | Pieczywo mieszane z masłemparówka z wodysos musztardowo-keczupowypowidłaKawa na mleku/ herbatajabłko | Zupa mleczna zacierkaPieczywo z masłemszynka wieprzowa- wyrób własnyPapryka świeża, natkadżemherbatagruszka | Pieczywo pszenne z masłem, sałatą, szynką drobiową,pieczywo razowe z pastą z warzyw ze słonecznikiem,pasta z tuńczyka, cebulki i natki pietruszki,dżemBawarka/herbata | Pieczywo z masłempaprykarz wyrób własnyNatka pietruszki,ogórek kiszony,powidłaKawa czarna/ herbata z cytrynągruszka |
| **Obiady** | Zupa kalafiorowa z ziemniakamipyzy z mięsem, cebulką i masełkiem,kapusta biała zasmażana,Napój miodowo-cytrynowy | Krem z dyniZiemniaki z soczewicą,Kotlet drobiowy panierowanySos własnysurówka z czerwonej kapusty i jabłekKompot jabłkowy | Zupa z fasolki przecierana ziemniakisos własny,kotlet mielony,buraczki zasmażane,Ogórek kiszony cząstkaKompot śliwkowy | Barszcz biały z jajkiemZiemniakiPałeczka z kurczakaSos własnyGroszek, marchewkaKompot gruszkowy z cytryną i miodem | Zupa ogórkowaPierogi ruskie z cebulkąSurówka z marchewki i jabłkaKompot z czarnej porzeczki i jabłka |
| **Podwieczorek** | Kanapki z masłem, twarożkiem, szynką wieprzową, kiełkami , pomidorem i szczypiorkiemHerbata | Kasza manna z musem owocowymherbata | Wafle andruty przekładane czekoladą i powidłami, jabłkoHerbata | Kluski twarogowo-dynioweherbata | Cynamonowe ciasteczko owsiane z musem jabłkowym i jogurtem naturalnymHerbata |

**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**