

# Jadłospis

## JADŁOSPIS TYGODNIOWY

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 18.11.2024	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (200ml) pieczywo pszenne (25g) z masłem (5g) pastą ze szpinaku (15g) lub serem żółtym (10g) pomidorem (10g) i papryką (5 10g) Herbata z cytryną (200ml). II śniadanie: jabłko Alergeny: 1,7,15	Zupa jarzynowa na wywarze drobiowym zabieleną śmietaną (250ml), Kotletki z filetu z kurczaka w panierce (80g) ziemniaki puree (120g) mini marchewka(100g). Kompot wieloowocowy (200ml) Alergeny: 1,9	Koktajl truskawkowy (200ml) Alergeny: 1,3,7
WTOREK 19.11.2024	Kanapki z chleba mieszanego: pszenny(20g),graham(20g), gwarek(25g), słoneczny(25g) z masłem(5g) pastą z makreli (15g) lub serem żółtym (10g), ogórkiem kiszonym (10g) i rzodkiewką (10g). Mleko (200ml). II śniadanie: banan Alergeny: 1, 7	Krem brokułowy na wywarze drobiowym, zabieleną śmietaną (250 ml), potrawka z kurczaka w sosie paprykowo- pomidorowym(80g), kasza bulgur (120g), surówka z kapusty pekińskiej, ogórków kiszonych i śmietany(100g). Kompot wieloowocowy (200ml) Alergeny: 1,7,9	Pizzerinki z ciasta francuskiego z szynką i serem (80g) Mleko (200ml) Alergeny: 1,7
ŚRODA 20.11.2024	Kanapki z chleba mieszanego: pszenny(20g),graham(20g), gwarek(25g), słoneczny(25g) z masłem(5g) z szynką (10g) lub żółtym serem (10g), ogórkiem zielonym (10g) i papryką (10g), kiełki. Mleko z miodem (200ml). II śniadanie: gruszka Alergeny: 1,7	Krem z zielonego groszku na wywarze drobiowym zabieleny śmietaną (250ml), Gulasz wieprzowy (80g), kasza gryczana niepalona (120g), buraczki z jabłkiem(100g) Kompot wieloowocowy (200ml) Alergeny: 1,9	Babka cytrynowa (80g) Mleko z miodem (200ml) Alergeny: 1,3,7
CZWARTEK 21.11.2024	Kanapki z chleba mieszanego: pszenny(20g),graham(20g), gwarek(25g), słoneczny(25g) z masłem (5g), żółtym serem (10g), pomidorem (5g) i rzodkiewką (10g), kielbaski na ciepło z ketchupem (15g), kiełki. Kawa zbożowa na mleku(200ml) II śniadanie: Mandarynka Alergeny: 1,7	Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze drobiowym, zabieleną śmietaną (250ml), Fit burgery (80g), ziemniaki puree (120g), surówka z sałaty lodowej, pomidorem, ogórkiem, kukurydzą i sosem vinegret (100g) Kompot wieloowocowy (200ml) Alergeny: 1,9	Galaretki smierńna z owocami (80g) Alergeny: 1,7
PIĄTEK 22.11.2024	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (200ml) Kanapki z chleba mieszanego: pszenny(20g),graham(20g), gwarek(25g), słoneczny(25g) z masłem (5g), jajkiem gotowanym (10g) lub serem żółtym (10g), pomidorem (10g) i ogórkiem kiszonym (10g). Herbata cytrynowo- miętowa (200ml) II śniadanie: melon Alergeny: 1, 3, 7,15	Żurek z kielbaską i jajkiem na wywarze drobiowym zabieleny śmietaną (250ml), Spaghetti rybne w sosie szpinakowym (180g), Kompot wieloowocowy (200ml) Alergeny: 1,9	Malinowe ptasie mleczko- wyrób własny (80g) Alergeny: 1,3

### Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn od nas niezależnych.

Napoje dosładzane miodem.

Woda źródłana dostępna w salach bez ograniczeń.

Wykaz alergenów: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3. Jajka, 4. Ryby, 5. Orzechy ziemne, 6. Ziarno sojowe, 7. Mleko, 8. Orzechy, 9. Seler, 10. Gorczyca, 11. Ziarno sezamowe, 12. Dwutlenek siarki oraz siarczany, 13. Łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne, 15. Cytrusy

Zgodnie z informacjami od producentów gotowe (kakao, herbata, kawa zbożowa, produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: gluten, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorzycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, sól sodowo- potasowa, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, zioła prowansalskie, papryka słodka, papryka wędzona, gałka muszkatołowa, cynamon, kminek, curry, czosnek, rozmaryn, kurkuma.