



Jadłospis

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 18.10.	Płatki owsiane na mleku, pieczywo mieszane z masłem, pasta rybna, pomidor, miód, herbata niskosłodzona z cytryną (GI,MI,J,R)*	Zupa szczawiowa (wywar mięsno - warzywny) Potrawka drobiowa z warzywami (brokuł, marchew, kalafior) Ryż basmatti kompot owocowy, (S,GI,MI)	Kisiel truskawkowy, biszkopt Jabłko, herbata malinowa b/c (GI)
	<u>D.bezmleczna</u> : mleko sojowe, masło roślinne, szynka wiejska.j.w. <u>D.bezgl.</u> :pieczywo bezgl. pozostałe j.w. <u>D.cukrzycowa</u> : pieczywo razowe z masłem, herbata b/c, pozostałe j.w.	<u>D.bezmleczna</u> : zupa niezabielana, j.w. <u>D.bezgl.</u> : zupa i potrawka bezgl.j.w. <u>D.cukrzycowa</u> :ryż brązowy,j.w.	<u>D.bezmleczna</u> : j.w. <u>D.bezglutenowa</u> :ciastka bezgl,j.w. <u>D.cukrzycowa</u> : j.w. b/c
Wtorek 19.10.	Kawa zbożowa na mleku, bułka grahamka z masłem, Twarożek z rzodkiewką, sałata dżem z wiśni, herbata z miodem i cytryną (GI,MI,Sj)	Zupa rosół z makaronem i natką pietruszki (wywar drobiowo - warzyw) Kotlet z piersi z kurczaka Ziemniaki Mizeria z koperkiem Kompot owocowy (S,GI,J, MI)	Kajzerka z masłem, serem żółtym i ogórkiem Herbata rumianek z cukrem trzcinowym (GI)
	<u>D.bezmleczna</u> : mleko roślinne, polędwica sopocka j.w. <u>D.bezgl.</u> : pieczywo bezgl. pozostałe j.w. <u>D.cukrzycowa</u> : j.w. b/c	<u>D.bezmleczna</u> : ogórki z sosem miodowo-musztardowym,j.w. <u>D.bezgl.</u> : makaron bezgl., pozostałe j.w. <u>D.cukrzycowa</u> :j.w. b/c	<u>D.bezgl.</u> : pieczywo bezgl. pozostałe j.w. <u>D.bezmleczna</u> : szynka wp.,j.w. <u>D.cukrzycowa</u> : pieczywo razowej.w. b/c

*skrót alergenu występującego w potrawie, pełna nazwa alergenu znajduje się w tabeli „Oznaczenia alergenów”

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn od nas niezależnych.

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Środa 20.10.	Płatki żytnie na mleku, Chleb sitek z masłem, pasztet staropolski drobiowy (wyrób własny) papryka czerwona Herbata niskosłodzona z cytryną (GI,MI)	Zupa kapuśniak z młodej kapusty z koperkiem (wywar mięsno - warzywny) Pierogi z serem i polewą jogurtową Ananas w syropie (S,GI,J,MI) Kompot owocowy (S,GI,J, MI)	Galaretka agrestowa , herbatniki Śliwka Herbata niskosłodzona z dzikiej róży (GI)
	<u>D.bezmleczna:</u> płatki na mleku sojowym, masło roślinne,j.w. <u>D.bezgl.:</u> pieczywo i płatki bezgl. pozostałe j.w. <u>D.cukrzycowa:</u> płatki 1/2 porcji, pieczywo razowe z masłem, herbata b/c, pozostałe j.w.	<u>D.bezmleczna:</u> pierogi z mięsem , surówka z kap.pekińskiej, j.w. <u>D.bezgl.:</u> zupa i pierogi bezgl., pozostałe j.w. <u>D.cukrzycowa:</u> pierogi z mięsem , surówka z kap.pekińskiej, j.w.	<u>D.bezmleczna:</u> j.w. <u>D.bezgl.:</u> ciastka bezgl., j.w. <u>D.cukrzycowa:</u> kisiel b/c , chrupki kukurydziane, herbata
Czwartek 21.10.	Kakao na mleku, grahamka z masłem, Kiełbasa krakowska, ser żółty ogórek Herbata z miodem i cytryną (J,MI,GI)	Zupa kalafiorowa zabieleną z koperkiem (wywar mięsno - warzywny) Gołąbki po góralsku Ziemniaki Surówka z białej kapusty (S,GI,MI)	Jogurt naturalny z musli winogrono Herbata miętowa z cukrem trzciniowym (MI)
	<u>D.bezmleczna:</u> kakao na mleku sojowym, masło roślinne, bez sera, pozostałe j.w. <u>D.bezgl.:</u> pieczywo bezgl. pozostałe j.w. <u>D.cukrzycowa:</u> pieczywo razowe,herbata b/c, pozostałe j.w.	<u>D.bezmleczna:</u> zupa niezabieleną, j.w. <u>D.bezgl.:</u> zupa, makaron i gołąbki bezgl., j.w. <u>D.cukrzycowa:</u> j.w. b/c	<u>D.bezmleczna:</u> kanapka z chlebem sitkiem, polędwicą sopocką i ogórkiem, herbata <u>D.bezgl.:</u> jogurt nat. z waflem ryżowym,j.w. <u>D.cukrzycowa:</u> j.w., herbata bez cukru
Piątek 22.10.	Płatki kukurydziane na mleku, Pieczywo pełnoziarniste z masłem, Paprykarz (wyrób własny),ogórek kiszony , miód Herbata niskosłodzona z cytryną (R,GI,MI)	Zupa pomidorowa z makaronem muszelki (wywar mięsno - warzywny) Kopytka ze szpinakiem polane podsmażoną cebulką Surówka z marchewki i jabłka (S,GI,J,MI)	Ciasto marchewkowe (wyrób własny) arbuz herbata z cytryną niskosłodzona (GI,MI)
	<u>D.bezmleczna:</u> mleko i masło roślinne, j.w. <u>D.bezgl.:</u> płatki kukurydziane, pieczywo bezgl. pozostałe j.w. <u>D.cukrzycowa:</u> pieczywo razowe z masłem, herbata b/c, j.w.	<u>D.bezmleczna:</u> zupa niezabieleną, kopytka, j.w. <u>D.bezgl.:</u> kopytka bezgl., pozostałe j.w. <u>D.cukrzycowa:</u> j.w. b/c	<u>D.bezgl.:</u> ciastka bezgl., arbuz <u>D.cukrzycowa:</u> ciastka bezcukrowe , arbuz

Życzymy smacznego :)

*skrót alergenu występującego w potrawie, pełna nazwa alergenu znajduje się w tabeli „Oznaczenia alergenów”

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn od nas niezależnych.



Jadłospis

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 25.10.	Płatki jaglane na mleku pieczywo mieszane z masłem, kielbasa żywiecka papryka, miód herbata niskosłodzona z cytryną (GI,MI)	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami i natką pietruszki (wywar mięsno - warzywny) Makaron z suszonym pomidorem, pestkami dyni i kurczakiem (S,GI,MI,J) Kompot owocowy	Bułka wrocławska z masłem i serkiem homogenizowanym na słodko (wyrób własny) Jabłko Herbata truskawkowa niskosłodzona (MI,GI,Sj)
	<u>D.bezmleczna:</u> płatki na mleku sojowym, masło roślinne, j.w. <u>D.bezgl.:</u> pieczywo bezgl. pozostałe j.w. <u>D.cukrzycowa:</u> j.w. b/c	<u>D.bezmleczna:</u> zupa niezabielana j.w. <u>D.bezgl.:</u> zupa i makaron bezgl., j.w. <u>D.cukrzycowa:</u> makaron pełnoziarnisty j.w. bez cukru	<u>D.bezmleczna:</u> bułka wrocławska z masłem roślinnym, szynką wiejską i sałatą, owoc <u>D.bezgl.:</u> bułka bezglutenowa , j.w. <u>D.cukrzycowa:</u> chleb razowy z masłem, szynka wiejską i sałatą, owoc ,b/c
Wtorek 26.10.	Kakao na mleku, bułka grahamka z masłem, jajko got. 1/2, schab pieczony pomidor herbata z miodem i cytryną (GI,MI,S)	Zupa krupnik jęczmienny z koperkiem (wywar mięsno - warzywny) gulasz wieprzowy, kaszą gryczaną surówka colesław kompot owocowy (S,GI,J)	Kasza manna z sokiem malinowym , brzoskwinia, herbata cytrynowo - grejpfrutowa niskosłodzona (MI,GI)
	<u>D.bezmleczna:</u> mleko roślinne, j.w. <u>D.bezgl.:</u> pieczywo bezgl. pozostałe j.w. <u>D.cukrzycowa:</u> j.w. bez cukru	<u>D.bezgl.:</u> zupa bezgl., pozostałe j.w., <u>D.cukrzycowa:</u> j.w.	<u>D.bezmleczna i bezglutenowa:</u> kisiel, owoc, herbata <u>D.cukrzycowa:</u> j.w. bez cukru

*skrót alergenu występującego w potrawie, pełna nazwa alergenu znajduje się w tabeli „Oznaczenia alergenów”

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn od nas niezależnych.

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Środa 27.10.	Płatki jęczmienne na mleku, Chleb sitek z masłem, Paszтет staropolski (wyrób własny), ogórek, dżem truskawkowy Herbata niskosłodzona z cytryną (S,GI,MI)	Zupa z czerwonej soczewicy (wywar mięsno - warzywny) Kluski leniwe polane bułką z masłem Surówka z jabłka i pora ze śmietaną 12% (S,GI,J,MI) Kompot owocowy	Galaretka morelowa, banan Herbata miętowa z cukrem trzcinowym (GI)
	<u>D.bezmleczna</u> : płatki na mleku sojowym, masło roślinne,j.w. <u>D.bezgl.</u> : pieczywo bezgl. , pozostałe j.w. <u>D.cukrzycowa</u> : płatki 1/2 porcji, pieczywo razowe, herbata b/c, j.w.	<u>D.bezmleczna</u> : kopytka, j.w. <u>D.bezgl.</u> : zupa i leniwebezgl., pozostałe j.w. <u>D.cukrzycowa</u> :kopytka,j.w. bez cukru	<u>D.bezgl.</u> :j.w. <u>D.cukrzycowa</u> :j.w., b/c
Czwartek 28.10.	Kakao na mleku, Grahamka z masłem, Kiełbasa krakowska, miód,pomidor Herbata z miodem i cytryną (S,MI,GI)	Zupa pomidorowa z ryżem, (wywar mięsno - warzywny) Kotlet mielony Ziemniaki Buraczki na ciepło kompot owocowy (S,GI,MI)	Drożdżówka z jabłkiem śliwka, Herbata malinowa b/c (GI,Sj)
	<u>D.bezmleczna</u> : kakao na mleku sojowym, masło roślinne, pozostałe j.w. <u>D.bezgl.</u> : pieczywo bezgl. pozostałe j.w. <u>D.cukrzycowa</u> : pieczywo razowe z masłem, bez miodu, herbata b/c, j.w.	<u>D.bezmleczna</u> : zupa niezabielana, j.w. <u>D.bezgl.</u> : kotletbezgl., j.w. <u>D.cukrzycowa</u> : pulpet w sosie, j.w. bez cukru	<u>D.bezmleczna</u> : kajzerka z masłem, szynką wiejską i sałatą, śliwka <u>D.bezgl.</u> : pieczywo bezglutenowe z masłem, szynką wiejską i sałatą, śliwka <u>D.cukrzycowa</u> : chleb razowy z masłem, szynką wiejską i sałatą, śliwka
Piątek 29.10.	Zacierka na mleku, Pieczywo mieszane z masłem, Pasta pomidorowa, dżem z czarnej porzeczki rzodkiewka, Herbata niskosłodzona z cytryną (R,GI,MI)	Zupa rosół z makaronem (wywar mięsno - warzywny) Filet z morszczuka Ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty kiszzonej (S,GI,J,R,MI) Kompot owocowy	Ciasto babka piaskowa (wyrób własny) brzoskwinia Herbata niskosłodzona z dzikiej róży (GI,J)
	<u>D.bezmleczna</u> : mleko i masło roślinne, polędwica sopocka, j.w. <u>D.bezgl.</u> : pieczywo bezgl. pozostałe j.w. <u>D.cukrzycowa</u> : herbata b/c, j.w.	<u>D.bezmleczna</u> : zupa niezabielana, j.w. <u>D.bezgl.</u> : filet rybny bezgl., j.w. <u>D.cukrzycowa</u> : pulpet rybny, j.w.	<u>D.bezgl.</u> : jogurt nat., ciastka bezgl, owoc, herbata <u>D.cukrzycowa</u> : jogurt nat., chrupki kukurydziane, owoc, herbata b/c

Życzymy smacznego :)

*skrót alergenu występującego w potrawie, pełna nazwa alergenu znajduje się w tabeli „Oznaczenia alergenów”

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn od nas niezależnych.