|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **JADŁOSPIS 02.10. – 06.10.2023** | | | |
| **Dzień tygodnia** | **Śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Poniedziałek**  **02.10.2023** | chleb żytnio-razowy 25g  z masłem 5g  ser żólty15g  marchewka 10g  herbata z cytryną 150ml  woda niegazowana  **Chleb żytnio-razowy** - składniki: mąka żytnio-razowa, mąka pszenna typ 750, woda, kwas naturalny, drożdże,sól. *Może zawierać: jaja, mleko w proszku, ziarna sezamu, soję, orzechy arachidowe, orzechy włoskie*. **Ser żółty gouda Maluta** – składniki: mleko pasteryzowane, sól, stabilizator, chlorek wapnia, substancja konserwująca:azotan potasu, bakterie fermentacji mlekowej, podpuszczka, barwnik annato. **Herbata z cytryną** – składniki:woda, cukier, herbata czarna Lipton, sok z cytryny. | zupa z pora z makaronem 200ml  kotlet z piersi z kurczaka z ziemniakami 160g  mizeria 60g  kompot owocowy 150ml  woda niegazowana  **Zupa z pora z makaronem** – składniki: woda , porcja rosołowa z kurczaka, por, makaron, marchew, pietruszka, seler, cebula, sól niskosodowa, pieprz , liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk. **Kotlet z piersi z kurczaka** – składniki: pierś z kurczaka,jajka, bułka tarta, olej rzepakowy, sól niskosodowa, pieprz. **Mizeria** – składniki: ogórki świeże, jogurt naturalny, sól niskosodowa,cukier. **Kompot owocowy** – składniki: **w**oda, mrożona mieszanka kompotowa (malina, truskawka, wiśnia bez pestki, porzeczka czarna, aronia, jabłka), cukier. | gruszka w sosie waniliowym 100g  wafelek ryżowy  kanapki  woda niegazowana  **Gruszka w sosie waniliowym** – składniki:gruszka, budyń waniliowy (mleko,budyń Cykoria skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwnik*. Może zawierać: gluten, jaja, mleko i produkty pochodne)*, cukier. **Wafle ryżowe naturalne Kupiec** – składniki:ryż brązowy 100%, *Może zawierać sezam.* **Chleb żytnio-razowy** - składniki: mąka żytnio-razowa, mąka pszenna typ 750, woda, kwas naturalny, drożdże,sól. *Może zawierać: jaja, mleko w proszku, ziarna sezamu, soję, orzechy arachidowe, orzechy włoskie*. **Masło.Ser żółty gouda Maluta** – składniki: mleko pasteryzowane, sól, stabilizator, chlorek wapnia, substancja konserwująca:azotan potasu, bakterie fermentacji mlekowej, podpuszczka, barwnik annato. |
| **Wtorek**  **03.10.2023** | chleb kołodziej 25g  z masłem 5g  szynka 15g  biała rzodkiew 10g  kakao 150ml  woda niegazowana  **Chleb kołodziej** – składniki: mix kołodziej klasyczny[żyto cięte30%,słonecznik20%,płatki owsiane20%, siemię lniane10%,gluten pszenny, sól. mączka słodowa jęczmienna, mąka pszenna graham, mąka pszenna, serwatka[mleko], mąka żytnia, regulatory kwasowości: kwas cytrynowy, kwas mlekowy, mąka pszenna razowa, skrobia ziemniaczana, mąka żytnia razowa, otręby żytnie, prażona mąka jęczmienna, mączka sojowa, jęczmień palony, enzymy (amylaza, ksylanaza, amyloglukozydaza)[pszenica], środek do przetwarzania mąki kwas askorbinowy], mąka żytnia typ 720, woda, mieszanka piekarska(8,8%): [płatki owsiane, siemię lniane, ziarenka słonecznika, nasiona sezamu], drożdże piekarskie, olej rzepakowy. **Szynka tradycyjnie wędzona (ROL PEK)** – składniki: mięso wieprzowe, sól, substancja konserwująca E250, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, białko sojowe, regulator kwasowości E331, stabilizator E407a, wzmacniacz smaku E621, białko wieprzowe, hydrolizat białka sojowego, przeciwutleniacz E300, glukoza. **Kakao**– składniki:mleko 2%, cukier, Kakao naturalne DecoMorreno. | krem z dyni, papryki i pomidora z grzankami 200ml  pieczeń ze schabu z kaszą owsianą 160g  marchew z burakiem 60g  kompot owocowy 150ml  woda niegazowana  **Krem z dyni, papryki i pomidorów z grzankami**  – składniki: woda, ziemniaki, porcja rosołowa z kurczaka, pietruszka, seler, por, marchew, dynia ,papryka czerwona, pomidor, cebula grzanki (Bułka paryska: mąka pszenna , woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, przeciwutleniacz-kwas askorbinowy. *Może zawierać: jaja, mleko ,soję, orzechy arachidowe, orzechy włoskie, sezam.* ), sól niskosodowa, lubczyk, imbir, liść laurowy, ziele angielskie. **Pieczeń ze schabu** – składniki: schab wieprzowy, musztarda ( woda, gorczyca, ocet spirytusowy, cukier, sól, substancja konserwująca-benzoesan sodu, przyprawy), pieprz, sól niskosodowa, zioła prowansalskie, papryka słodka, olej rzepakowy. **Kasza owsiana.** **Surówka z marchwi i buraka** – składniki:marchew, burak, jogurt naturalny, sól niskosodowa, kwasek cytrynowy. **Kompot owocowy** – składniki: **w**oda, mrożona mieszanka kompotowa (malina, truskawka, wiśnia bez pestki, porzeczka czarna, aronia, jabłka), cukier. | zupa mleczna z ryżem 200ml  banan 50g  kanapki  woda niegazowana  **Zupa mleczna z ryżem** – składniki:mleko 2%, ryż, cukier. **Chleb kołodziej** – składniki: mix kołodziej klasyczny[żyto cięte30%,słonecznik20%,płatki owsiane20%, siemię lniane10%,gluten pszenny, sól. mączka słodowa jęczmienna, mąka pszenna graham, mąka pszenna, serwatka[mleko], mąka żytnia, regulatory kwasowości: kwas cytrynowy, kwas mlekowy, mąka pszenna razowa, skrobia ziemniaczana, mąka żytnia razowa, otręby żytnie, prażona mąka jęczmienna, mączka sojowa, jęczmień palony, enzymy (amylaza, ksylanaza, amyloglukozydaza)[pszenica], środek do przetwarzania mąki kwas askorbinowy], mąka żytnia typ 720, woda, mieszanka piekarska(8,8%): [płatki owsiane, siemię lniane, ziarenka słonecznika, nasiona sezamu], drożdże piekarskie, olej rzepakowy. **Masło.Szynka tradycyjnie wędzona (ROL PEK)** – składniki: mięso wieprzowe, sól, substancja konserwująca E250, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, białko sojowe, regulator kwasowości E331, stabilizator E407a, wzmacniacz smaku E621, białko wieprzowe, hydrolizat białka sojowego, przeciwutleniacz E300, glukoza. |
| **Środa**  **04.10.2023** | chleb oliwski 25g  z masłem 5g  dżem 15g  kalarepa 10g  mleko 150ml  woda niegazowana  **Chleb oliwski** – składniki: mąka pszenna typ 750, mąka żytnia typ 720, kwas naturalny, woda, drożdże, sól.. *Może zawierać jaja, mleko, ziarna sezamu, soję, orzechy arachidowe.* **Dżem Łowicz extra gładki truskawkowy**– składniki: truskawki (100g truskawek na 100g produktu), cukry pochodzące z owoców, acerola(3%), zagęszczony sok cytrynowy do korekty smaku kwaśnego, substancja żelująca:pektyny. **Mleko 2%.** | zupa marchewkowa 200ml  makaron pełnoziarnisty z sosem bolońskim 160g  kompot owocowy 150ml  woda niegazowana  **Zupa marchewkowa** – składniki: woda, ziemniaki, porcja rosołowa z kurczaka, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, sól niskosodowa, nać, koper, pieprz , liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk. **Spaghetti bolonese**  – składniki:mięso wieprzowe, makaron pełnoziarnisty Lubella, pomidory w puszce, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, olej, sól niskosodowa, czosnek, pieprz, papryka ostra, oregano, bazylia. **Kompot owocowy** – składniki: **w**oda, mrożona mieszanka kompotowa (malina, truskawka, wiśnia bez pestki, porzeczka czarna, aronia, jabłka), cukier. | koktajl truskawkowo – bananowy z kefirem 150g  orzeszki ziemne  kanapki  woda niegazowana  **Koktajl truskawkowo-bananowy** – składniki:kefir, mleko 2%, truskawki, banan, cukier. **Orzeszki ziemne.**  **Chleb oliwski** – składniki: mąka pszenna typ 750, mąka żytnia typ 720, kwas naturalny, woda, drożdże, sól.. *Może zawierać jaja, mleko, ziarna sezamu, soję, orzechy arachidowe.***Masło. Dżem Łowicz extra gładki truskawkowy**– składniki: truskawki (100g truskawek na 100g produktu), cukry pochodzące z owoców, acerola(3%), zagęszczony sok cytrynowy do korekty smaku kwaśnego, substancja żelująca:pektyny |
| **Czwartek**  **05.10.2023** | chleb słonecznikowy 25g  z masłem 5g  pasta z tuńczyka z pieczoną papryką 20g  sałata  kawa zbożowa 150ml  woda niegazowana  **Chleb słonecznikowy** – składniki:mąka żytnia typ 720, mąka pszenna typ 750, kwas naturalny, ziarno słonecznika, woda, drożdże, sól. *Może zawierać: jaja, mleko w proszku, ziarna sezamu, soję, orzechy arachidowe, orzechy włoskie*. **Pasta z tuńczyka z pieczoną papryką** – składniki: papryka, tuńczyk w sosie własnym/tuńczyk w oleju, jajko.majonez, **Kawa zbożowa** – składniki:mleko 2%, cukier, kawa zbożowa Anatol. | grochówka 200ml  wątróbka w sosie z ziemniakami 160g  surówka z kapusty kiszonej 60g  kompot owocowy 150ml  woda niegazowana  **Grochówka** – składniki: woda, ziemniaki, porcja rosołowa z kurczaka, kości wędzone, marchew, pietruszka, seler, por, groch łuskany(*Może zawierać gluten, orzechy włoskie i migdały)*, cebula, sól niskosodowa*.*, czosnek, ziele angielskie, pieprz, nać, koper, majeranek, lubczyk, liść laurowy. **Wątróbka drobiowa w sosie** – składniki: wątróbka drobiowa, bulion, cebula, marchew, seler, pietruszka, śmietana 30%, mąka pszenna, olej rzepakowy, sól niskosodowa, pieprz, papryka słodka, papryka ostra, ziele angielskie, liść laurowy. **Surówka z kiszonej kapusty** – składniki: kapusta kiszona, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól niskosodowa **Kompot owocowy** – składniki: **w**oda, mrożona mieszanka kompotowa (malina, truskawka, wiśnia bez pestki, porzeczka czarna, aronia, jabłka), cukier. | ciasto zebra 50g  suszone morela  mleko 150ml  kanapki  woda niegazowana  **Ciasto zebra** – składniki:mąka tortowa, mąka orkiszowa, olej rzepakowy, jajka, cukier, kakao, cukier wanilinowy, soda oczyszczona.**Morela suszona** – składniki: morela suszona, substancja konserwująca – dwutlenek siarki. *Może zawierać: gluten, orzeszki ziemne i inne orzechy, migdały, sezam.* **Chleb słonecznikowy** – składniki:mąka żytnia typ 720, mąka pszenna typ 750, kwas naturalny, ziarno słonecznika, woda, drożdże, sól. *Może zawierać: jaja, mleko w proszku, ziarna sezamu, soję, orzechy arachidowe, orzechy włoskie*. **Masło.Pasta z tuńczyka z pieczoną papryką** – składniki: papryka, tuńczyk w sosie własnym/tuńczyk w oleju, jajko.majonez, |
| **Piątek**  **06.10.2023** | chleb żytni 25g  z masłem 5g  kiełbasa krakowska sucha 10g  serek wiejski  ogórek10g  herbata żurawinowa 150ml  woda niegazowana  **Chleb żytni Bon Vital –** składniki: mąka żytnia typ 720, mieszanka chlebowa Bon Vital: [siemię lniane, ziarna słonecznika, mąka pszenna, żytnia, sól, skrobia pszenna, gluten pszenny, serwatka w proszku (z mleka), słód jęczmienny, żytni], woda, drożdże piekarskie, zakwas naturalny żytni:[mąka żytnia,woda]. **Kiełbasa krakowska sucha JBB** – składniki: mięso wieprzowe(100g otrzymano z 148g mięsa), sól, przyprawy, aromat, przeciwutleniacz: askrobinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. *Może zawierać zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, seler i gorczycę.* **Serek wiejski** – składniki: twaróg ziarnisty, śmietanka pasteryzowana, sól. **Herbata żurawinowa** – składniki: woda, cukier, herbata żurawinowa(suszone owoce 58,5%: aronii, maliny, żurawiny 5%, suszony kwiat hibiskusa 35,5%, regulator kwasowości-kwas cytrynowy, aromaty.    . | zupa z kurczakiem, groszkiem i marchewką 200ml  placuszki maślankowe 100g  kompot owocowy 150ml  woda niegazowana  **Zupa z kurczakiem groszkiem i marchewką** – składniki: woda, ziemniaki, porcja rosołowa z kurczaka, pierś z kurczaka, groszek, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, sól niskosodowa*,* nać, koper, lubczyk, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie. **Placuszki maślankowe** – składniki:maślanka mąka pszenna, jajka, mleko 2%, cukier wanilinowy (Cukier wanilinowy Cykoria:cukier, aromat. *Może zawierać:gluten, jaja, mleko i produkty pochodne)* **,** proszek do pieczenia (Proszek do pieczenia Cykoria: regulator kwasowości: difosforany E450, substancja spulchniająca: węglany sodu E500, mąka pszenna. *Może zawierać: jaja, mleko i produkty pochodne***. ) Kompot owocowy** – składniki: **w**oda, mrożona mieszanka kompotowa (malina, truskawka, wiśnia bez pestki, porzeczka czarna, aronia, jabłka), cukier. | galaretka pomarańczowa 15ml  śliwka 40g  flipsy kukurydziane  kanapki  woda niegazowana  **Galaretka** – składniki:woda, galaretka cykora( różne rodzaje)( cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości, kwas cytrynowy, aromat, barwnik. *Może zawierać: gluten, jaja, mleko i produkty pochodne)*. **Chleb żytni Bon Vital –** składniki: mąka żytnia typ 720, mieszanka chlebowa Bon Vital: [siemię lniane, ziarna słonecznika, mąka pszenna, żytnia, sól, skrobia pszenna, gluten pszenny, serwatka w proszku (z mleka), słód jęczmienny, żytni], woda, drożdże piekarskie, zakwas naturalny żytni:[mąka żytnia,woda].**Masło**. **Kiełbasa krakowska sucha JBB** – składniki: mięso wieprzowe(100g otrzymano z 148g mięsa), sól, przyprawy, aromat, przeciwutleniacz: askrobinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu. *Może zawierać zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, seler i gorczycę.* |