|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **JADŁOSPIS 20.03. – 24.03.2023** | | | |
| **Dzień tygodnia** | **Śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Poniedziałek**  **20.03.2023** | chleb oliwski 30g  miód wielokwiatowy z kakao 15g  marchewka 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.***Mleko 2%** | zupa owocowa z makaronem 200ml  gołąbek po żydowsku w sosie pomidorowym z ziemniakami 160g  sałatka z ogórków kiszonych 60g  woda niegazowana  **Zupa owocowa** – składniki: woda, truskawki mrożone, makaron,, sok truskawkowy Hebapol, kisiel (skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, regulator kwasowości, kwas cytrynowy, sól, aromat, barwnik. *Może zawierać: gluten, jaja, mleko i produkty pochodne),* cukier. **Gołąbki po żydowsku w sosie pomidorowym** – składniki: łopatka wieprzowa, kapusta biała, bulion, kasza jęczmienna(Może zawierać śladowe ilości orzechów.) jajka, mąka pszenna, cebula, koncentrat pomidorowy, śmietana 30% sól niskosodowa pieprz, majeranek, papryka słodka, ziele angielskie, liść laurowy. **Sałatka z ogórka kiszonego** – składniki: ogórki kiszone, cebula, olej, sól niskosodowa, cukier, pieprz czarny. **Kompot owocowy** – składniki: **w**oda, mrożona mieszanka kompotowa (malina, truskawka, wiśnia bez pestki, porzeczka czarna, aronia, jabłka), cukier. | kasza manna waniliowa 150ml  cząstki gruszki, winogrona  woda niegazowana  **Kasza mnna** – składniki:mleko 2%, kasza manna Kros (Może zawierać śladowe ilości orzechów), cukier, cukier wanilinowy. |
| **Wtorek**  **21.03.2023** | chleb żytni 30g  z masłem 5g  krakowska sucha 15g  rzodkiewka 10g  kakao 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*. **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.* **Kakao**– składniki:mleko 2%, cukier, Kakao naturalne DecoMorreno. | zupa z czerwonej soczewicy 200ml  makaron z kurczakiem w sosie szpinakowym 160g  kompot owocowy 150ml  woda niegazowana  **Zupa z czerwonej soczewicy**– składniki: woda, ziemniaki, porcja rosołowa z kurczaka, czerwona soczewica(*Może zawierać gluten oraz śladowe ilości soi i mleka)* marchew, pietruszka, seler, por, papryka czerwona, cebula, sól niskosodowa, nać, koper, lubczyk, pieprz, imbir, liść laurowy, ziele angielskie. **Makaron z kurczakiem i szpinakiem** – składniki:makaron lubella pełne ziarno, pierś z kurczaka, szpinak, cebula, bulion, mąka pszenna, czornek, sól, pieprz. **Kompot owocowy** – składniki: **w**oda, mrożona mieszanka kompotowa (malina, truskawka, wiśnia bez pestki, porzeczka czarna, aronia, jabłka), cukier. | koktajl malinowo-bananowy 150ml  flipsy kukurydziane  woda niegazowana  **Koktajl malinowo - bananowy**– składniki:maślanka, mleko 2%, maliny, banan, cukier. |
| **Środa**  **22.03.2023** | chleb słonecznikowy 30g  z masłem 5g  pasta z makreli 15g  ogórek konserwowy 10g  herbata owocowa 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 makreli wędzonej** – składniki: makrela wędzona, twaróg, keczup (pomidory, cukier, przeciery z selera i cebuli, skrobia modyfikowana kukurydziana, sól, ocet spirytusowy, kwas cytrynowy, przyprawy.), majonez (olej rzepakowy, żółtko jaja6%, ocet, musztarda, gorczyca,, cukier, sól, przyprawy przeciwutleniacz E385, kwas cytrynowy (*produkt może zawierać gluten ,jaja, mleko i soję).)*. **Ogórki konserwowe Polskie przetwory** – składniki:ogórki, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól niskosodowa, koper, czosnek, chrzan, gorczyca, przyprawy. **Herbata owocowa** – składniki: woda, cukier, herbata owocowa. | zupa kalafiorowa 200ml  kotlet schabowy z ziemniakami160g  surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 60g  kompot owocowy 150ml  woda niegazowana  **Zupa kalafiorowa** – składniki: woda, ziemniaki, porcja rosołowa z kurczaka, kalafior , marchew, pietruszka, seler, por, cebula, koper, sól niskosodowa, nać, koper, , lubczyk,  pieprz, liść laurowy, ziele angielskie. **Kotlet schabowy** – składniki:  **s**chab,jajka, mąka pszenna, bułka tarta, olej rzepakowy, sól niskosodowa, pieprz. **Surówka z kapusty pekińskiej**– składniki: kapusta pekińska, kukurydza konserwowa, jogurt naturalny , majonez, sól niskosodowa. **Kompot owocowy** – składniki: **w**oda, mrożona mieszanka kompotowa (malina, truskawka, wiśnia bez pestki, porzeczka czarna, aronia, jabłka), cukier. | ciasto czekoladowe z fasoli  mleko 150 ml  woda niegazowana  **Ciasto czekoladowe z czerwonej fasoli** – składniki: czerwona fasola konserwowa, banan, jajka, cukier, kakao, proszek do pieczenia. Mleko 2%. |
| **Czwartek**  **23.03.2023** | chleb orkiszowy 30g  z masłem 5g  twarożek ze szczypiorkiem i ogórkiem 20g  herbata z cytryną 150ml  woda niegazowana  **Chleb orkiszowy –** składniki:mix orkiszowy, mąka żytnia typ720, mąka pszenna typ 750, kwas naturalny, woda, drożdże, sól. *Może zawierać jaja, mleko, ziarna sezamu, soję, orzechy arachidowe.* **Twarożek ze szczypiorkiem i ogórkiem** – składniki: twaróg , śmietana 30%, ogórek, szczypiorek, sól. **Herbata z cytryną** – składniki:woda, cukier, herbata czarna Lipton, sok z cytryny. | kapuśniak 200ml  gulasz wieprzowy z kaszą gryczaną 160g  buraczki 60g  kompot owocowy 150ml  woda niegazowana  **Kapuśniak** – składniki: woda, ziemniaki, porcja rosołowa z kurczaka, kapusta świeża, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, sól niskosodowa*.*, nać, koper, ziele angielskie, pieprz, lubczyk, liść laurowy, ziele angielskie. **Gulasz wieprzowy** – składniki:  mięso wieprzowe, bulion, cebula, mieszanka warzyw, mąka pszenna, , liść laurowy, pieprz czarny, papryka słodka, papryka ostra, sól niskosodowa. Kasza gryczana. **Sałatka z buraczków** – składniki:buraki ćwikłowe, cebula,olej, sól niskosodowa, cukier, sok z cytryny. **Kompot owocowy** – składniki: **w**oda, mrożona mieszanka kompotowa (malina, truskawka, wiśnia bez pestki, porzeczka czarna, aronia, jabłka), cukier. | wielozbożowe czekoladowe kulki z mlekiem 150ml  banan  woda niegazowana |
| **Piątek**  **24.03.2023** | chleb graham 30g  z masłem 5g  parówka z keczupem 45g  kolorowa papryka 10g  kawa zbożowa 150ml  woda niegazowana  **Chleb graham**  - składniki: mąka pszenna graham typ 1850, mąka pszenna typ 750, woda, drożdże, sól. *Może zawierać jaja, mleko, ziarna sezamu, soję, orzechy arachidowe.* **Parówka Polanki** – składniki: mięso wieprzowe 80%, woda, sól, błonnik grochowy,aromat, regulatory kwasowości: cytryniany sodu,octany sodu; przeciwutleniacz:askorbinian sodu; substancja konserwująca: azotyn sodu. *Może zawierać soję, mleko, jaja, seler, gorczycę. .)*, keczup(pomidory, cukier, przeciery z selera i cebuli, skrobia modyfikowana kukurydziana, sól, ocet spirytusowy, kwas cytrynowy, przyprawy.). **Kawa zbożowa** – składniki:mleko 2%, cukier, kawa zbożowa Anatol. | zupa z kurczakiem, marchewką i groszkiem 200ml  jajko w sosie chrzanowym z ziemniakami 160g  fasolka szparagowa z bułką tartą 60g  kompot owocowy 150ml  woda niegazowana  **Zupa z kurczakiem groszkiem i marchewką** – składniki: woda, ziemniaki, porcja rosołowa z kurczaka, ćwiartka z kurczaka, groszek, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, sól niskosodowa*,* nać, koper, lubczyk, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie. **Jajko w sosie chrzanowym** – składniki: jaja, chrzan(Chrzan tarty Frutico:korzeń chrzanu 52%, woda, cukier, olej rzepakowy, sól, regulator kwasowości( kwas cytrynowy, mlekowy,) substancja konserwująca, pirosiarczan sodu.**)**, mąka pszenna, śmietana 30%, sól niskosodowa , pieprz. **Fasolka szparagowa** – składniki:fasolka szparagowa mrożona, bułka tarta, masło, sól niskosodowa. **Kompot owocowy** – składniki: **w**oda, mrożona mieszanka kompotowa (malina, truskawka, wiśnia bez pestki, porzeczka czarna, aronia, jabłka), cukier. | jogurtowa galaretka pomarańczowa 150ml  cząstki jabłka  woda niegazowana  **Galaretka jogurtowa** – składniki:woda, jogurt naturalny (mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii),galaretka cykora( różne rodzaje)( cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości, kwas cytrynowy, aromat, barwnik. *Może zawierać: gluten, jaja, mleko i produkty pochodne)*.  . |