

Jadłospis od 5.02. - 9.02.2024 r

Poniedziałek – 5.02.24 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, polędwica z indyka, ogórek zielony, herbata z cytryną
II Śniadanie	Owoc sezonowy
Obiad	Żurek staropolski z kielbasą i ziemniakami /wywar mięsny (kielbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, seler, zakwas żurku, mąka żytnia - gluten, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Ryż z mussem owoce leśne na jogurcie naturalnym /ryż, jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka, borówka, jeżyna, malina/ Kompot
Podwieczorek	Chleb kukurydziany z masłem /mąka kukurydziana, mąka pszenna– gluten, mąka żytnia– gluten woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, mozzarella /z mleka/ z oliwkami zielonymi i pomidorem
Wtorek – 6.02.24r	
Śniadanie	Chleb staropolski (żytni domowy) z masłem /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, pomidor, herbata z cytryną
II Śniadanie	Marchewka
Obiad	Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką /wywar mięsny: mięso wołowe, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszenna - gluten, jajko/ Filet drobiowy panierowany, ziemniaki, mizeria /filet z kurczaka, mąka pszenna - gluten, bułka tarta- gluten, jajka, mleko 2%, świeży ogórek, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Jogurt naturalny /jogurt z mleka/ z owocami sezonowymi (mango) i chrupkami kukurydzianymi
Środa – 7.02.24 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, jajko, ogórek zielony, herbata żurawinowa
II Śniadanie	Owoc sezonowy
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem /wywar mięsny: kości cielęce, ogórki kwaszone, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, ryż, śmietana 18% - z mleka, lubczyk, susz warzywny/ Sznycelek mielony, kasza perłowa, kapusta zasmażana /mięso mielone wieprzowe, jajka, bułka tarta - gluten, mleko, masło z mleka, kasza perłowa – gluten, kapusta biała, mąka orkiszowa - gluten, koperek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Budyń czekoladowy /mleko, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kakao, kurkumina, cukier/, wafle ryżowe

Czwartek – 8.02.24 r	
Śniadanie	Buleczka kukurydziana z masłem /mąka kukurydziana, mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten woda, drożdże, sól, masło z mleka/, dżem owocowy, kawa zbożowa inka /kawa inka – gluten, mleko/
II Śniadanie	Owoc sezonowy
Obiad	Krem z pomidorów z grzankami /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, śmietana 30% z mleka, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ Penne z pieczonym kurczakiem i sosem szpinakowo - śmietanowym, z serem żółtym, /filet drobiowy, szpinak mrożony, śmietana 18% z mleka, makaron: mąka pszenna – gluten, jajko ser żółty z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Chleb z siemieniem lnianym z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, siemię lniane, masło z mleka/, pasztet pieczony /mięso wp., jajko, mąka pszenna, mleko w proszku/, papryka czerwona
Piątek - 9.02.24 r	
Śniadanie	Bulka grahamka z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, pasta rybna z lososia /łosось - ryba, ser biały, papryka, cebula, przyprawy/, herbata z cytryną
II Śniadanie	Mix orzechów
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, mąka orkiszowa - gluten, śmietana 18% z mleka, zielona pietruszka, przyprawy/ Pierogi ruskie z cebulką, surówka z marchewki, jabłka i pomarańczy /mąka pszenna-gluten, mąka orkiszowa - gluten, jajka, ser biały z mleka, ziemniaki, marchewka, jabłko, sok z pomarańczy, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Ciasto ucierane z jabłkami /mąka pszenna - gluten, mąka razowa, jabłka, cukier trzcinowy, jaja, proszek do pieczenia – gluten, olej rzepakowy/

Jadłospis od 12.01. – 16.02.2024 r

Poniedziałek – 12.02.24 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> ./ kielbasa krakowska, ogórek kiszony, herbata z cytryną
II Śniadanie	Owoc sezonowy
Obiad	Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i ziemniakami /wywar mięsny drobiowy: kurczak; zielony groszek, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, brukselka, lubezyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, <u>śmietana 18% z mleka</u> , pietruszka natka, ziemniaki, przyprawy/ Makaron „muszelki” z prażonymi jabłkami oraz polewą jogurtową - cynamonową /makaron pszenny – gluten, jajko, jabłka, cynamon, <u>jogurt z mleka</u> , przyprawa: wanilia/ Kompot
Podwieczorek	Weka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> ./ szynka gotowana, pomidor
Wtorek – 13.01.24 r	
Śniadanie	Chleb wiejski z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> ./ parówka na ciepło /100% z szynki/, ketchup, papryka, herbata żurawinowa
II Śniadanie	Kalarepka
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , koncentrat pomidorowy 30%, <u>makaron pszenny- gluten</u> , jajko, <u>śmietana 12% z mleka</u> , przyprawy/ Pieczeń z indyka w sosie koperkowym, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i pomidorem /filet z indyka, <u>mąka poznańska - gluten</u> , <u>śmietana 18% z mleka</u> , świeży koperek, przyprawy, <u>ziemniaki</u> , kapusta pekińska, ogórek, pomidor, oliwa/ Kompot
Podwieczorek	Pana cotta z musem z malin /mleko, jogurt naturalny, <u>śmietana 30%</u> , cukier, żelatyna, maliny mrożone/, palki kukurydziane
Środa – 14.02.24 r	
Śniadanie	Chleb staropolski (żytni domowy) z masłem /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> ./ jajecznica /jajka, <u>masło z mleka</u> ./ pomidor, kakao na mleku 2%
II Śniadanie	Owoc sezonowy
Obiad	Krem brokułowo-groszkowy z grzankami z bagietki /brokuły, groszek zielony, ziemniaki, cebula, <u>masło</u> , naturalny bulion z warzyw, <u>śmietana</u> , <u>grzanki pszenno- gluten</u> , przyprawy/ Leniwe z musem z truskawek i jogurtu naturalnego /mąka pszenna - gluten, <u>mąka orkiszowa - gluten</u> , jajka, ziemniaki, <u>ser biały z mleka</u> , <u>masło z mleka</u> , truskawki, jogurt naturalny, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Bulka z ziarnami z masłem /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u> , <u>ziarna</u> ./, domowy humus /ciecierzyca pomidor, suszony pomidor, olej rzepakowy, <u>sezam</u> ./, papryka

Czwartek - 15.02.24 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, wiejski twarożek ze szczypiorkiem /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/, herbata z cytryną
II Śniadanie	Owoc sezonowy
Obiad	Kapuśniak na żeberkach wędzonych z ziemniakami /wywar mięsny (żeberka wędzone) – warzywny: marchewka, seler, kapusta biała, koncentrat pomidorowy 30%, zielona pietruszka, przyprawy/ Strogonoff z szynki z papryką i pomidorami i ogórkiem kiszonym, kasza bulgur /szynka wieprzowa, mąka z amarantusa, mąka typ 500 - gluten, śmietana 18% z mleka, cebula, pieczarki, ogórek konserwowy, cukinia, pomidory, papryka, kasza bulgur - gluten, ogórek kiszony, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Chalka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/ + powidła śliwkowe + ½ jabłka
Piątek – 16.02.24 r	
Śniadanie	Chleb foremka „cegielka” z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka pszenna 500 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, pomidor, kawa zbożowa inka /kawa inka – gluten, mleko/
II Śniadanie	Granola orzechowa
Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem „muszelki” i zieloną pietruszką /kalafior, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, śmietana 18% z mleka, makaron pszenny muszelki – gluten, jajko, pietruszka natka, lubczyk, sól morską, majeranek, koper/ Filet z dorsza panierowany, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem /filet z dorsza - ryba, mąka typ 500 - gluten, mąka kukurydziana, bułka tarta - gluten, jajka, mleko 2%, ziemniaki, mleko, masło z mleka, kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Tortilla z szynką, serkiem śmietanowym, pomidorem i sałatą zieloną /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, mleko, przyprawy/

Jadłospis od 19.02. - 23.02.2024 r

Poniedziałek – 19.02.24 r	
Śniadanie	Chleb staropolski (żytni domowy) z masłem /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, paszтет pieczony /mięso wp., <u>jajko</u> , <u>mąka pszenna</u> , mleko w proszku/, ogórek kiszony , herbata z cytryną
II Śniadanie	Owoc sezonowy
Obiad	Barszcz biały z kielbasą i ziemniakami /kielbasa, <u>barszcz w butelce</u> - gluten, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, kielbasa biała, <u>śmietana 18% z mleka</u> , sól morską, pieprz/ Pampuchy z musem bananowym /mąka pszenna - gluten, drożdże, olej rzepakowy, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , <u>śmietana 12% z mleka</u> , banany/ Kompot
Podwieczorek	Chleb kukurydziany z masłem /mąka kukurydziana, <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>mąka żytnia 720 – gluten</u> woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, ser żółty /z mleka/, pomidor
Wtorek – 20.02.24 r	
Śniadanie	Bulka kajzerka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, pasta włoska: twaróg z pomidorami suszonymi i bazylią / <u>ser biały z mleka</u> , suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, herbata żurawinowa
II Śniadanie	Biała rzepa
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem /wywar mięsny: kaczka, <u>śmietana 18% z mleka</u> , marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż/ Pieczone kotleciki mielone z warzywami, ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem /mięso mielone drobiowe, marchewka, brokuł, pietruszka, czosnek, <u>jajko</u> , ziemniaki, <u>fasolka</u> , <u>masło z mleka</u> , przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Salatka owocowa /melon, gruszka, jabłko, ananas, kiwi, mandarynka/ + bułeczka wodna /mąka pszenna 500, woda, drożdże sól/
Środa – 21.02.24 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka graham 2000 - gluten, <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, <u>jajko</u> , <u>sos ketchupowo – majonezowy</u> , <u>szczypiorek</u> , <u>kakao na mleku 2%</u>
II Śniadanie	Owoc sezonowy
Obiad	Krem z soczewicy z pomidorami, czosnkiem i groszkiem ptysiowym /wywar mięsny drobiowy: kurczak; wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; soczewica, pomidory pelatti, czosnek, groszek ptysiowy: <u>mąka pszenna- gluten</u> , <u>jajko</u> , przyprawy/ Schab pieczony w sosie własnym, kasza perłowa, surówka z buraczków z jabłkiem /schab, <u>mąka typ 500 - gluten</u> , <u>kasza perłowa – gluten</u> , buraki, jabłko, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Mus owocowy (jagodowy) z jogurtem naturalnym / <u>jogurt z mleka</u> /, wafle ryżowe

Czwartek - 22.02.24 r

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - <u>gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, szynka wiejska, ogórek zielony, herbata z cytryną
II Śniadanie	Mix orzechów
Obiad	Zupa grysikowa na rosole /wywar mięsny drobiowy: kurczak – warzywny: marchewka, <u>seler</u> , por; kapusta włoska, kalafior, brokuł, <u>kasza manna z pszenicy - gluten</u> , zielona pietruszka, przyprawy/ Spaghetti bolońskie /makaron spaghetti: <u>mąka pszenna – gluten</u> , jajka, mięso mielone wołowe, pomidory pelatti, czosnek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Ciasto czekoladowo - bananowe /mąka pszenna - <u>gluten</u> /, mąka razowa, banany, kakao naturalne, cukier trzcinowy, jaja, proszek do pieczenia - <u>gluten</u> /, olej rzepakowy/

Piątek – 23.02.24 r

Śniadanie	Bulka grahamka z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> pasta rybna – jajeczna /tuńczyk- ryba, jajka, szczypiorek, papryka, cebula, <u>majonez</u> , przyprawy/, herbata z cytryną
II Śniadanie	Owoc sezonowy
Obiad	Barszcz czerwony <u>zabielany z ziemniakami</u> /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; wywar z buraków czerwonych, <u>mąka orkiszowa - gluten</u> , śmietana 18% z mleka, zielona pietruszka, przyprawy/ Naleśniki z serem białym, jogurtem naturalnym i polewą malinowo - truskawkową /mąka pszenna - gluten, jajka, mleko 1,5%, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, maliny, truskawki, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Kapuśniaczki z czarnuszką (2 szt) /mąka pszenna- gluten, masło z mleka/

Jadłospis od 26.02. - 1.03.2024 r

Poniedziałek – 26.02.24 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, połędwica z indyka, ogórek zielony, herbata z cytryną
II Śniadanie	Owoc sezonowy
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem /wywar mięsny drobiowo: indyk; warzywny: marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 12% z mleka, przyprawy/ Makaron „świderki” z serem białym i jogurtem naturalnym z brzoskwiniami /makaron pszenny: mąka pszenna – gluten, jajko, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, brzoskwinia, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Bulka z ziarnami z masłem /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka, ziarna/, wędlina krakowska, pomidor
Wtorek - 27.02.24 r	
Śniadanie	Chleb staropolski (żytni domowy) z masłem /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, pasta z szynki z rukolą /ser biały z mleka, szynka, rukola, jogurt naturalny z mleka/, herbata owocowa
II Śniadanie	Marchewka
Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami /wywar mięsny: kości cielęce, ogórki kwaszone, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, śmietana 18% - z mleka, lubczyk, susz warzywny Risotto z grillowanym kurczakiem, cukinią i papryką /filet z kurczaka, ryż, cebula, cukinia, papryka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Deser owocowy „mango – lassi” /jogurt naturalny z mleka, mango, miód, cynamon/ z płatkami owsianymi /gluten/ i kukurydzianymi
Środa – 28.02.24 r	
Śniadanie	Kaszka orkiszowa na mleku /kasza orkiszowa- gluten, mleko/, chleb wiejski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, kielbaski „frankfurterki” na ciepło, ketchup, papryka, herbata z cytryną
II Śniadanie	Owoc sezonowy
Obiad	Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką /wywar mięsny: mięso wołowe, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszenna - gluten, jajko/ Nuggetsy z kurczaka (pieczone) w płatkach kukurydzianych marynowane w mleku, ziemniaki, surówka z marchewki z jabłkiem i sokiem z pomarańczy /filet z kurczaka, płatki kukurydziane, jajka, mleko 2%, mąka orkiszowa- gluten, ziemniaki, marchewka, jabłko, pomarańcza, olej rzepakowy, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Buleczka kukurydziana z masłem /mąka kukurydziana, mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten woda, drożdże, sól, masło z mleka/ + twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem /ser biały z mleka, rzodkiewka, szczypiorek/

Czwartek - 29.02.24 r	
Śniadanie	Bulka kajzerka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, pomidor, herbata z cytryną
II Śniadanie	Granola orzechowa
Obiad	Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami /kasza jęczmienna - gluten, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, pietruszka natka, sól morską, śmietana z mleka, przyprawy/ Pierogi z mięsem /wołowina, cebula, mąka pszenna - gluten, mąka jęczmienna- gluten, jajka, przyprawy/, sałatka z ogórka kiszzonego, pomidora i cebulki /ogórek kiszony, pomidor, cebula, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Kisiel wiśniowy /skrobia ziemniaczana, kwas cytrynowy, aromat wiśniowy identyczny z naturalnym, sól, barwnik: ekstrakt z czarnej marchwi, koncentrat soku buraczanego, cukier/, ciasteczka cynamonki domowe /masło, tłuszcz roślinny, cukier puder, sól, jajka, mąka pszenna, aromat waniliowy, skórka z pomarańczy, cynamon, miód/
Piątek – 1.03.24 r	
Śniadanie	Chleb żytni razowy z masłem /mąka żytnia razowa 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/ z twarogiem /z mleka/ i konfiturą owocową, kawa zbożowa inka /kawa inka – gluten, mleko/
II Śniadanie	Owoc sezonowy
Obiad	Krem wielowarzywny z grzankami /wywar warzywny: marchewka, seler, brokuł, kalafior, groszek zielony, jogurt naturalny z mleka, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ Paluszki rybne, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem /filet z ryb białych, mąka typ 500 - gluten, olej słonecznikowy, woda, skrobia ziemniaczana, sól, drożdże, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Ciasto szpinakowe z jabłkami /mąka pszenna - gluten, mąka razowa, szpinak mrożony, jabłka, cukier trzcinowy, jaja, proszek do pieczenia – gluten, olej rzepakowy/