



JADŁOSPIS



PONIEDZIAŁEK 09.09.2024

Śniadanie: *pieczywo¹ mieszane z masłem², żółtym serem i pomidorem², chleb^{1,2} orkiszowy z szynką, jabłko, mleko² kawowe, herbata.*

II śniadanie: *jogurt naturalny, musli, herbata owocowa.*

Obiad: *zupa z kalarepy z kaszką manną^{1,2,13}, racuchy drożdżowe z bitą śmietaną i sosem truskawkowym, surówka z jabłka i brzoskwini, kompot wieloowocowy.*


Dieta bezmleczna: *mleko zastąpione mlekiem ryżowym, masło margaryną roślinną, ser żółty serem bez mleka, jogurt migdałowy, śmietana sojowa.*

Dieta bezjajeczna: *racuchy bez jajka.*

Sos truskawkowy- sos malinowy.

Jabłko-borówki.

Surówka z marchewki.



WTOREK 10.09.2024

Śniadanie: *bułka^{1,2} pszenna z szynką drobiową i ogórkiem małosolnym, chleb razowo-ziarnisty z jajkiem, śliwka, mleko² z miodem, herbata.*

II śniadanie: *kisiel owocowy, chrupki kukurydziane, herbata owocowa.*

Obiad: *zupa cukiniowa z grzankami, łosoś duszony z zieleniną, ziemniaki z koperkiem, brokuły, kompot wiśniowy.*

Dieta bezmleczna: *mleko zastąpione mlekiem ryżowym, masło margaryną roślinną, śmietana sojowa.*

Dieta bezjajeczna: *jajko-humus, samo żółtko.*

ŚRODA 11.09.2024

Śniadanie: *chleb wiejski¹ z masłem², polędwicą sopocką i pomidorem na sałacie, chleb graham¹ z ogórkiem zielonym, marchewka, kakao, herbata.*

II śniadanie: *kawiorek z masłem, talerz warzyw(pomidor, ogórek zielony, rzodkiewka, papryka, szczypiorek), herbata z cytryną.*

Obiad: *zupa szpinakowa z makaronem^{1,2,13}, filet z indyka w panierce, ziemniaki z koperkiem, surówka z modrej kapusty, ogórek zielony, kompot śliwkowy.*

Dieta bezmleczna: *mleko zastąpione mlekiem ryżowym, masło margaryną roślinną, śmietana sojowa.*

Dieta bezjajeczna: *filet z indyka bez jajka.*





CZWARTEK 12.09.2024

Śniadanie: lane kluski na mleku², pieczywo mieszane^{1,2} z miodem, kabanosy, kalarepa, sok jabłkowo-gruszkowy.

II śniadanie: jogurt owocowy, jabłko, herbata owocowa.

Obiad: zupa koperkowa z ryżem, gulasz wieprzowo-wołowy, kasza wiejska, buraczki, ogórek małosolny, kompot z czarnej porzeczki.

Dieta bezmleczna: mleko zastąpione mlekiem ryżowym, masło margaryną roślinną, ser żółty serem bez mleka.

Dieta bezjajeczna: kluski bez jajka.

sok jabłkowo-gruszkowy - sok pomarańczowy.



PIĄTEK 13.09.2024

Śniadanie: pieczywo mieszane¹ z masłem², serek jarzynowy (wyrób własny: ser twarogowy, pomidor, ogórek, rzodkiewka, koperek, czosnek) śliwka, kawa zbożowa na mleku².

II śniadanie: banan, arbuza, borówki, gruszka, ciastko zbożowe, sok jednodniowy 100% ELIKSIR ELFÓW (jabłko, gruszka, czerwona porzeczka).

Obiad: zupa pomidorowa z makaronem^{1,13}, paluszki rybne⁴, ziemniaki puree, kapusta kiszona gotowana z marchewką, kompot wieloowocowy.

Dieta bezmleczna: mleko zastąpione mlekiem ryżowym, masło margaryną roślinną, ser biały serem bez mleka.

