

Jadłospis od 1.06. - 3.06.2022 r

Poniedziałek – 30.05.22 r	
Wtorek – 31.05.22 r	
Środa – 1.06.22 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszena – gluten, mąka żytnia – gluten, masło z mleka/, pasta jajeczna ze szczypiorkiem /jajka, majonez, jogurt naturalny z mleka, szczypiorek/, herbata z cytryną
Obiad	Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką /marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, mięso wołowe, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszena - gluten, jajko/ Filet drobiowy w japońskiej panierce „panko”, ziemniaki, mizeria /filet z kurczaka, mąka pszena - gluten, bułka tarta- gluten, jajka, mleko 2%, ziemniaki, mleko, masło z mleka, świeży ogórek, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Jogurt naturalny /jogurt z mleka/ z owocami sezonowymi, suszoną żurawiną i chrupkami kukurydzianymi
Czwartek - 2.06.22 r	
Śniadanie	Bułka kajzerka z masłem /mąka pszena – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cukier, masło z mleka/, połędwica z indyka, ogórek zielony, herbata z cytryną
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść lauowy, kminek, ziele angielskie, śmietana 18% z mleka, pietruszka natka, ziemniaki, przyprawy/ Makaron z serem białym, jogurtem naturalnym i owoce leśne /makaron pszenny: mąka pszena – gluten, jajko, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, cukier, owoce leśne/ Kompot
Podwieczorek	Weka z masłem /mąka pszena– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, domowy humus /ciecierzyca pomidor, suszony pomidor, olej rzepakowy, sezam/
Piątek – 3.06.22 r	
Śniadanie	Chleb staropolski z masłem /mąka pszena – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, pomidor, kakao na mleku 2%
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem /wywar mięsny: kaczka, śmietana 18% z mleka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż/ Paluszki rybne, ziemniaki, surówka z kiszanej kapusty z marchewką i jabłkiem /filet z dorsza - ryba, mąka typ 500 - gluten, bułka tarta - gluten, jajka, mleko 2%, masło z mleka, kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Ciasto ucierane z jabłkami /mąka pszena -gluten, mąka razowa, jabłka, cukier trzcinowy, jaja, proszek do pieczenia – gluten, olej rzepakowy/ + owoc sezonowy

Jadłospis od 6.06. - 10.06.2022 r

Poniedziałek – 6.06.22 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna – gluten, mąka żytnia – gluten, masło z mleka/, szynka gotowana, ogórek zielony, herbata owocowa
Obiad	Zupa ziemniaczana z zieloną pietruszką /wywar mięsny: szynka wieprzowa; warzywny: marchewka, <u>seler</u> , zielona pietruszka, ziemniaki, przyprawy/ 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	Weka z masłem /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u> /, mozzarella z oliwkami zielonymi i pomidorem
Wtorek – 7.06.22 r	
Śniadanie	Bułka kajzerka z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cukier, <u>masło z mleka</u> /, wiejski twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/, herbata z cytryną
Obiad	Krupnik z kaszy jęczmiennej i kaszy bulgur /kasza jęczmienna - gluten, kasza bulgur - gluten, marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, pietruszka natka, sól morską, <u>śmietana z mleka</u> , przyprawy/ Kotlet mielony, ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem i bułką /mięso mielone wieprzowe, jajka, bułka tarta – gluten, ziemniaki, mleko, masło z mleka, fasolka, <u>masło z mleka</u> , bułka tarta - gluten/ Kompot
Podwieczorek	Kisiel domowy cytrynowy /sok z cytryny, mąka ziemniaczana, woda, cukier/, ciasteczka owsiane
Środa – 8.06.22 r	
Śniadanie	Kaszka manna na mleku z sokiem owocowym /gluten, mleko/, chleb graham z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, jajko, szczypiorek, sos ketchupowo – majonezowy, herbata żurawinowa
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> , koncentrat pomidorowy 30%, <u>mleko 3,2%</u> , <u>makaron pszenny- gluten</u> , jajko, zielona pietruszka, przyprawy/ Polędwiczki drobiowe w sosie warzywnym, kasza jęczmienna, surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i pomidorem /filet z kurczaka, wywar warzywny: marchewka, pietruszka, lubczyk, <u>śmietana 18% z mleka</u> , mąka orkiszowa - gluten, kasza jęczmienna – gluten, kapusta pekińska, pomidor, ogórek, oliwa z oliwek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Jogurt owocowy / <u>jogurt naturalny z mleka</u> , owoce sezonowe/ z płatkami owsianymi i kukurydzianymi

Czwartek - 9.06.22 r

Śniadanie	Chleb staropolski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, schab pieczony, rzodkiewka, kakao na mleku 2%
Obiad	Krem brokułowo-groszkowy z grzankami /brokuły, groszek zielony, ziemniaki, cebula, masło, naturalny bulion z warzyw, śmietana, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ Spaghetti bolońskie /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, jajka, mięso mielone wołowe, pomidory pelatti, czosnek, przyprawy Kompot
Podwieczorek	Pana cotta z sokiem malinowym /mleko, jogurt naturalny, śmietana 30%, cukier, żelatyna, maliny mrożone/

Piątek – 10.06.22 r

Śniadanie	Bulka grahamka z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, pasta rybna /makrela- ryba, ser biały, szczypiorek, papryka, cebula, majonez, przyprawy/, herbata z cytryną
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 z truskawkami i jogurtem naturalnym /mąka pszenna - gluten, mąka jęczmienna - gluten, jajka, truskawki, jogurt naturalny z mleka/ Kompot
Podwieczorek	Pischnfinger kakaowy /wafle: mąka typ 500 – gluten, cukier, olej rzepakowy, śmietana 18%, sól; mus kakaowy: masło z mleka, cukier brązowy, kakao naturalne, mleko w proszku, woda/ + owoc sezonowy

Jadłospis od 13.06. - 17.06.2022 r

Poniedziałek – 13.06.22 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u> /, połędwica z indyka, pomidor, herbata żurawinowa
Obiad	Barszcz biały z kielbasą i ziemniakami /kielbasa, barszcz w butelce - gluten, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, kielbasa biała, <u>śmietana 18% z mleka</u> , sól morską, pieprz/ Ryż z mussem owoce leśne /ryż, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , <u>śmietana 12% z mleka</u> , borówka, jeżyna, malina/ Kompot
Podwieczorek	Weka /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy/, pasztet pieczony /mięso wp., jajko, mąka pszenna, mleko w proszku/, papryka czerwona
Wtorek – 14.06.22 r	
Śniadanie	Bulka kajzerka z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cukier, <u>masło z mleka</u> /, pasta z szynki z rukolą /szynka, rukola, ser, białe, <u>jogurt naturalny z mleka</u> /, kakao na mleku 2%
Obiad	Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką /wywar mięsny: mięso wołowe, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, lubczyk, pietruszka natka, <u>makaron pszenny - mąka pszenna - gluten</u> , jajko/ Filet drobiowy zapiekany z serem mozzarella i pomidorem, ziemniaki, surówka z białej kapusty z marchewką /filet z kurczaka, <u>ser mozzarella z mleka</u> , pomidor, ziemniaki, <u>mleko</u> , <u>masło z mleka</u> , biała kapusta, marchewka, oliwa z oliwek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Koktajl borówkowy na maślanec z płatkami owsianymi /maślanka z mleka, borówki, <u>płatki owsiane - gluten</u> /, wafle kukurydziane
Środa – 15.06.22 r	
Śniadanie	Pszenica w miodzie z mlekiem 2%, chleb staropolski /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy/, z serkiem topionym, pomidor, herbata z cytryną
Obiad	Krem z pomidorów z grzankami /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, <u>seler</u> , pomidory pelatti, <u>śmietana 30% z mleka</u> , grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ Pieczeń rzymska w sosie koperkowym, kasza perłowa, buraczki zasmażane /mięso mielone wieprzowo – wołowe, jajka, mąka z amarantusa, <u>mąka typ 500</u> , <u>śmietana 18% z mleka</u> , świeży koper, <u>kasza perłowa - gluten</u> , <u>mleko</u> , <u>masło z mleka</u> , buraki, <u>śmietana 18% z mleka</u> , przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Chałka z masłem /mąka pszenna- gluten, mleko, masło z mleka, jajko, drożdże/ + konfitura owocowa + owoc sezonowy
Czwartek – 16.06.22 r	
Śniadanie	
Obiad	
Podwieczorek	

	Piątek – 17.06.22 r
Śniadanie	Bulka grahamka z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, pasta rybna – jajeczna /tuńczyk- ryba, jajka, szczypiorek, papryka, cebula, majonez, przyprawy/, herbata z cytryną
Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem i zieloną pietruszką /kalafior, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, śmietana 18% z mleka, makaron pszenny – gluten, jajko, pietruszka natka, lubczyk, sól morską, majeranek, koper/ Naleśniki z serem białym i polewą truskawkową /mąka pszenna - gluten, jajka, mleko 1,5%, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, truskawki, cukier brązowy/ Kompot
Podwieczorek	Pieczywo chrupkie z miodem /mąka pszenna, mąka żytnia – gluten/, talarki z marchewki

Jadłospis od 20.06. - 24.06.2022 r

Poniedziałek – 20.06.22 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem / <u>mąka pszenna – gluten, mąka żytnia – gluten, masło z mleka/</u> , szynka wiejska, pomidor, herbata z cytryną
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, <u>śmietana 18% z mleka</u> , pietruszka natka, ziemniaki, przyprawy/ Makaron „świderki” zapiekany z jabłkami i cynamonem oraz polewą waniliową / <u>makaron pszenny – gluten, jajko, jabłka, cynamon, jogurt z mleka</u> , przyprawa: wanilia, miód/ Kompot
Podwieczorek	Weka z masłem / <u>mąka pszenna– gluten</u> , woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka/</u> , wiosenny twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką / <u>ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/</u>
Wtorek – 21.06.22 r	
Śniadanie	Chleb staropolski z masłem / <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, <u>mąka żytnia – gluten</u> , drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka/</u> , ser żółty / <u>z mleka/</u> , ogórek zielony, herbata z cytryną
Obiad	Krupnik z jarzynami i zieloną pietruszką / <u>kasza jęczmienna - gluten</u> , marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, pietruszka natka, sól morską, <u>śmietana z mleka</u> , przyprawy/ Klopsy w sosie pomidorowym, kasza perłowa, surówka wiosenna /mięso mielone wieprzowe, <u>jajka, bułka tarta - gluten</u> , pomidory pelatti, <u>mąka typ 500 - gluten, śmietana 12% z mleka, kasza perłowa – gluten</u> , kapusta pekińska, ogórek świeży, pomidor, rzodkiewka, sos vinegrette: oliwa z oliwek, cytryna, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Jogurt naturalny / <u>jogurt z mleka/</u> z truskawkami, chrupki kukurydziane
Środa – 22.06.22 r	
Śniadanie	Bułka kajzerka z masłem / <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, <u>mąka żytnia – gluten</u> , drożdże, sól, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cukier, <u>masło z mleka/</u> , jajko, szczypiorek, sos ketchupowo – majonezowy, herbata z cytryną
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny:, marchewka, pietruszka, <u>seler, makaron pszenny- gluten, jajko</u> , koncentrat pomidorowy 30%, <u>śmietana 12% z mleka</u> , przyprawy/ Medalion drobiowy, ziemniaki, mizeria /mięso mielone drobiowe, <u>jajka, bułka tarta - gluten</u> , przyprawy, ziemniaki, <u>mleko, masło z mleka</u> , świeży ogórek, <u>śmietana 18% z mleka</u> , przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Chleb graham z masłem / <u>mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/</u> , wędlina krakowska, papryka

Czwartek - 23.06.22 r

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy/, pasztet pieczony /mięso wp., jajko, mąka pszenna, mleko w proszku/, papryka, herbata z cytryną
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/ Penne z kurczakiem i ze szpinakiem w sosie śmietanowym, z serem żółtym /filet drobiowy, szpinak mrożony, śmietana 18% z mleka, mąka pszenna - gluten, jajka, ser żółty z mleka, przyprawy, makaron: mąka pszenna – gluten, jajko/ Kompot
Podwieczorek	Budyń śmietankowy z sokiem wiśniowym /mleko 3,2%, mąka ziemniaczana, masło z mleka, wiśnie/, wafle ryżowe

Piątek – 24.06.22 r

Śniadanie	Bułka grahamka z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, włoska pasta z pomidorami suszonymi i bazylią /ser biały z mleka, suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, kawa inka /kawa inka – gluten, mleko/
Obiad	Krem wielowarzywny z grzankami /wywar warzywny: marchewka, seler, brokuł, kalafior, groszek zielony, jogurt naturalny z mleka, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ 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, ziemniaki, mleko, masło z mleka, kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Ciasto czekoladowo - bananowe /mąka pszenna - gluten/, mąka razowa, banany, kakao naturalne, cukier trzcinowy, jaja, proszek do pieczenia - gluten/, olej rzepakowy/ + owoc sezonowy

Jadłospis od 27.06. - 1.07.2022 r

Poniedziałek 27.06.22 r	
Śniadanie	Chleb staropolski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, schab pieczony, papryka, herbata z cytryną
Obiad	Żurek staropolski z kielbasą i ziemniakami /wywar mięsny (kielbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, seler, zakwas żurku, mąka żytnia - gluten, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Leniwe z musem z truskawek i jogurtu naturalnego /mąka pszenna - gluten, mąka orkiszowa - gluten, jajka, ziemniaki, ser biały z mleka, masło z mleka, truskawki, jogurt naturalny, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Weka z masłem /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, pomidor
Wtorek – 28.06.22 r	
Śniadanie	Chleb graham /mąka żytnia, pszenna – gluten/, z twarogiem /z mleka/ i konfiturą owocową, kakao na mleku 2%
Obiad	Krupnik z jarzynami i zieloną pietruszką /wywar mięsny drobiowy: kurczak – warzywny: marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, kasza jęczmienna – gluten, pietruszka natka, sól morską, śmietana z mleka, przyprawy/ Kotlet „ala de volaille”, ziemniaki, młoda kapusta zasmażana /mięso mielone drobiowe, jajka, mleko 2,0%, bułka tarta - gluten, mąka orkiszowa - gluten, ziemniaki, mleko, masło z mleka, kapusta biała, mąka orkiszowa - gluten, koperek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Deserek waniliowy /twarożek z mleka, jogurt naturalny z mleka, cukier waniliowy/
Środa – 29.06.22 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna – gluten, mąka żytnia – gluten, masło z mleka/, kielbasa krakowska, ogórek kiszony, herbata z cytryną
Obiad	Krem z soczewicy z pomidorami, czosnkiem i groszkiem ptysiowym /wywar warzywny: marchewka, seler; soczewica, pomidory pelatti, czosnek, groszek ptysiowy, przyprawy/ Sznycelek mielony, kasza jęczmienna, sałata zielona z jogurtem naturalnym i rzodkiewką /mięso mielone wieprzowe, jajka, bułka tarta – gluten, kasza jęczmienna – gluten, sałata zielona, rzodkiewka, jogurt naturalny z mleka, przyprawy / Kompot
Podwieczorek	Jogurt owocowy /jogurt naturalny z mleka, owoce sezonowe/ ze zbożowo miodowymi chrupkami

Czwartek – 30.06.22 r

Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi i żurawiną /mleko, płatki jęczmienne – gluten/, bulka kajzerka /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cukier/ z serkiem topionym, pomidor, herbata z cytryną
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem /wywar mięsny: kaczka, śmietana 18% z mleka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż/ Pierogi z mięsem /wołowina, cebula, mąka pszenna - gluten, mąka jęczmienna- gluten, jajka, przyprawy/, surówka z buraczków z jabłkiem /buraczki, jabłko, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Ciasto szpinakowe /mąka pszenna -gluten, mąka razowa, szpinak, cukier trzcinowy, jaja, proszek do pieczenia - gluten, olej rzepakowy/ + owoc sezonowy

Piątek - 01.07.22 r

Śniadanie	Bulka grahamka z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, pasta rybna /makrela- ryba, jajka, szczypiorek, papryka, cebula, majonez, przyprawy/, herbata z cytryną
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, mąka orkiszowa - gluten, śmietana 18% z mleka, zielona pietruszka, przyprawy/ Racuszki z jabłkami /mleko 2,0%, mąka tortowa- gluten, mąka orkiszowa - gluten, jajka, jabłka/ Kompot
Podwieczorek	Mus owocowy z jogurtem naturalnym /jogurt z mleka/, biszkopty

