



JADŁOSPIS 03.01.2022 – 04.02.2022

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	I DANIE	II DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 03.01.2022	-Pasta jajeczna -Pieczywo mieszane z masłem -Wędlina -Pomidor świeży ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, ser twarogowy biały (połtłusty), jogurt naturalny 1,5%, masło (oselka góraska), wędlina, ogórek świeży, rzodkiewka, szczypior Alergeny: 1,2	Jabłko	-Zupa krupnik z kaszą pęczak, ziemniaczkami i natką pietruszki SKŁADNIKI: ziemniaki, porcja rosolowa drobiowa, marchew, por, seler , pietruszka korzeń, cebula, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pietruszka natka, pieprz czarny, kasza pęczak Alergeny: 1,6	-Makaron z sosem aglio olio SKŁADNIKI: makaron spaghetti pszenny, ser parmezan , sól, oliwa z oliwek, papryka czerwona, czosnek Alergeny: 1,2	-Domowy kisiel jabłkowy z kawałkami owoców SKŁADNIKI: jabłka, sok jabłkowy, mąka ziemniaczana Alergeny: ---
WTOREK 04.01.2022	-Parówki -Bułeczka z masłem -Ser żółty -Ogórek świeży ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, ser żółty, masło (oselka góraska), parówki berlinki, pomidor, szczypior, rzodkiewka Alergeny: 1,2	Gruszka	-Zupa rosół z makaronem i natką pietruszki SKŁADNIKI: porcja rosolowa drobiowa, marchew, seler , pietruszka, por, cebula, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz czarny, pietruszka natka, makaron nitki (bezzajeczny) Alergeny: 1,6	-Pieczony kotlet schabowy -Ziemniaczki puree -Buraczki na ciepło SKŁADNIKI: ziemniaki, schab wieprzowy, buraki czerwone, mąka pszenna, mleko krowie, jaja kurze, bułka tarta , olej rzepakowy, pieprz czarny, pieprz ziółowy, sól Alergeny: 1,2,3	-Naleśniki z dżemem niskosłodzonym SKŁADNIKI: mąka pszenna, jaja kurze, mleko krowie 3,2% , cukier, sól, miód pszczeli, dżem niskosłodzony truskawkowy (Łowicz) Alergeny: 1,2,3
ŚRODA 05.01.2022	-Płatki CornFlakes z ciepłym mlekiem -Bułka paryska z masłem -Wędlina -Pomidor ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, płatki zbożowe, mleko krowie 3,2%, masło (oselka góraska), wędlina, pomidor, szczypior, rzodkiewka Alergeny: 1,2	Marchewka	-Zupa koperkowa z ziemniaczkami i pulpecikami z indyka i natką pietruszki (zabielana) SKŁADNIKI: ziemniaki, porcja rosolowa drobiowa, mięso mielone z indyka, śmietana 18% , koperek, marchew, por, seler , pietruszka korzeń, cebula, sól, liść laurowy, pietruszka natka, ziele angielskie, pieprz czarny Alergeny: 1,2,3,6	-Pierogi leniwe polane jogurtem naturalnym SKŁADNIKI: mąka pszenna, twaróg, jogurt naturalny, mleko krowie, jaja kurze , sól, cukier waniliowy Alergeny: 1,2,3	-Bułka z masłem, sałatą, wędliną, serem żółtym, pomidorkiem i szczypiorkiem SKŁADNIKI: pieczywo białe, wędlina, masło (oselka góraska), ser żółty , sałata, pomidor, szczypior Alergeny: 1,2
CZWARTEK 06.01.2022	<h2>DZIEŃ WOLNY</h2>				
PIĄTEK 07.01.2022	-Pieczywo mieszane z masłem -Wędlina -Ser żółty -Pomidor ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, jaja kurze, masło (oselka góraska), ser żółty , wędlina pomidor, szczypior, rzodkiewka Alergeny: 1,2,3	Banan	-Zupa buraczkowa z ziemniaczkami i natką pietruszki SKŁADNIKI: ziemniaki, buraki, porcja rosolowa drobiowa, marchew, por, seler , pietruszka korzeń, cebula, sól, ocet, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, natka pietruszki Alergeny: 6	-Pieczony kotlecik jajeczny -Ziemniaczki puree -Marchewka na ciepło (1,2,3) SKŁADNIKI: ziemniaki, jaja kurze, marchew, olej rzepakowy, bułka tarta, bułka czerstwa, mleko krowie 3,2%, mąka pszenna , miód, sól, pieprz czarny, pieprz ziółowy Alergeny: 1,2,3	-Ciasto marchewkowe -Kakao SKŁADNIKI: mąka pszenna , olej rzepakowy, jaja kurze , cukier, sól, cynamon, marchew, kakao, mleko krowie 3,2% Alergeny: 1,2,3

ALERGENY: 1 - GLUTEN; 2 - MLEKO/LAKTOZA; 3 - JAJA; 4 - RYBY; 5 - ORZECHY; 6 - SELER; 7 - SEZAM; 8 - GORCZYCA; 9-SOJA

Na terenie zakładu produkcyjnego wykorzystywane są: **gluten mleko, jaja, seler.**

Do przygotowania posiłków dla diet BG zostanie zastosowana mąka bezglutenowa (kukurydziana, ryżowa, ziemniaczana)

Do przygotowania posiłków dla diet BM zostanie zastosowane mleko roślinne (sojowe, ryżowe)

Gramatury: śniadanie: kanapki 130g, zupa mleczna 200ml, jajecznica 50g, twarożek 70g, parówka 40g; II śniadanie: owoc lub warzywo 80-100; zupa 250ml, II danie: mięso 70g, dodatek skrobiowy 150-180g, surówka 70g; podwieczorek: /budyń/kaszka/galaretką 200g, ciasto 150g, pieczywo 70g.

Kaloryczność (średnia tygodniowa): śniadanie 345 kcal, zupa 125 kcal, II danie 399 kcal, podwieczorek 301 kcal, razem 1169 kcal

Pieczywo używamy różnego rodzaju: chleb pszenno-żytni, pełnoziarnisty pszenno-żytni, bułka pszenna; Wędlina: szynka konserwowa wieprzowa (morliny), szynka drobiowa (minimum 92%), polędwica sopocka (Morliny), mielonka tyrolska (JBB), kiełbasa żywiecka (Krakus); Warzywa do śniadań i podwieczorków: pomidor, ogórek świeży, sałata, rzodkiewka, papryka, ogórek kiszony; Owoc / warzywo: jabłko, śliwka, gruszka, arbuż, banan, mandarynka, pomarańcza, marchew, ogórek świeży, kalarepa, nektarynka

Zastrzegamy sobie prawo zmiany jadłospisu z racji na dostępność produktów.



JADŁOSPIS 03.01.2022 – 04.02.2022

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	I DANIE	II DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 10.01.2022	-Twarożek na słodko -Pieczywo mieszane z masłem -Wędlina -Pomidor świeży ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, ser twarogowy biały (półtłusty), jogurt naturalny 1,5%, masło (osełka górską), cukier, wędlina, ogórek świeży, rzodkiewka, szczypiorek Alergeny: 1,2	Jabłko	-Zupa kapuśniaczek ze świeżej kapusty z ziemniaczkami i koperkiem SKŁADNIKI: ziemniaki, porcja rosółowa drobiowa, marchew, por, seler, pietruszka korzeń, cebula, sól, liść laurowy, ziele angielskie, koperek, pieprz czarny, świeża kapusta biała Alergeny: 6	-Sos pomidorowy do spaghetti z wieprzowiną i warzywami -Makaron spaghetti pszenny SKŁADNIKI: mięso mielone wieprzowe, marchew, por, pietruszka korzeń, seler, pulpa pomidorowa, koncentrat pomidorowy, cebula, sól, bazylia, oregano, pieprz ziółowy, pieprz czarny, makaron spaghetti pszenny Alergeny: 1,6	-Koktajl mleczno-owocowy -wafle ryżowe SKŁADNIKI: jogurt naturalny 1,5%, jabłka, cytryny, gruszeki, brzoszwinie, banany, wafle ryżowe Alergeny: 2
WTOREK 11.01.2022	-Parówki -Buleczka z masłem -Ser żółty -Ogórek świeży ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, ser żółty, masło (osełka górską), parówki berlinki, pomidor, szczypiorek, rzodkiewka Alergeny: 1,2	Gruszka	-Zupa pomidorowa z ryżem SKŁADNIKI: porcja rosółowa drobiowa, marchew, por, seler, pietruszka korzeń, cebula, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, pulpa pomidorowa, koncentrat pomidorowy 30%, ryż biały Alergeny: 6	-Pieczony kotlet z piersi kurczaka -Ziemniaczki puree -Marchewka na ciepło SKŁADNIKI: ziemniaki, piersi z kurczaka, marchew, mąka pszenna, mleko krowie, jaja kurze, bułka tarta, olej rzepakowy, pieprz czarny, pieprz ziółowy, sól Alergeny: 1,2,3	-Gofry marchewkowe SKŁADNIKI: marchew, mleko krowie, jaja kurze, mąka pszenna, proszek do pieczenia, cukier, olej rzepakowy, sól Alergeny: 1,2,3
ŚRODA 12.01.2022	-Płatki CornFlakes z ciepłym mlekiem -Bułka paryska z masłem -Wędlina -Pomidor ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, płatki zbożowe, mleko krowie 3,2%, masło (osełka górską), wędlina, pomidor, szczypiorek, rzodkiewka Alergeny: 1,2	Marchewka	-Zupa gulaszowa z ziemniakami SKŁADNIKI: ziemniaki, porcja rosółowa drobiowa, piersi z kurczaka, marchew, por, seler, pietruszka korzeń, cebula, czosnek, pulpa pomidorowa, papryka słodka, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny Alergeny: 6	-Ryż z pieczonymi jabłkami i jogurtem naturalnym SKŁADNIKI: ryż, jogurt naturalny, jabłka Alergeny: 1,2	-Bułka z masłem, sałatą, wędliną, serem żółtym, pomidorkiem i szczypiorkiem SKŁADNIKI: pieczywo białe, wędlina, masło (osełka górską), ser żółty, sałata, pomidor, szczypiorek Alergeny: 1,2
CZWARTEK 13.01.2022	-Pieczywo mieszane z masłem -Wędlina -Ser żółty -Ogórek ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, wędlina, masło (osełka górską), ser żółty, pomidor, szczypiorek, rzodkiewka Alergeny: 1,2,3,9	Banan	-Zupa krem z białych warzyw z grzankami pszennymi SKŁADNIKI: kalafior, ziemniaki, porcja rosółowa drobiowa, seler, pietruszka korzeń, cebula, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, pieprz ziółowy Alergeny: 1,6	-Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym -Ziemniaczki puree -Surówka z marchewki i jabłka SKŁADNIKI: ziemniaki, mięso wieprzowe, marchew, jabłko, ryż biały, świeża kapusta biała, bułka, jaja kurze, mleko krowie 3,2%, koncentrat pomidorowy, miód pszczeni, olej rzepakowy, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz czarny, pieprz ziółowy Alergeny: 1,2,3	-Semiczek na zimno z kolorową galaretką SKŁADNIKI: galaretka owocowa, żelatyna, ser twarogowy biały Alergeny: 2
PIĄTEK 14.12.2021	-Jajecznica -Pieczywo mieszane z masłem -Wędlina -Ser żółty -Pomidor ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, jaja kurze, masło (osełka górską), ser żółty, wędlina pomidor, szczypiorek, rzodkiewka Alergeny: 1,2,3	Jabłko	-Zupa rosół z makaronem i natką pietruszki SKŁADNIKI: porcja rosółowa drobiowa, marchew, seler, pietruszka, por, cebula, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz czarny, pietruszka natka, makaron nitki (bezejajeczny) Alergeny: 1,6	-Pieczony filet z dorsza -Ziemniaczki puree -Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki i jabłka SKŁADNIKI: ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, miód pszczeni, filet z dorsza, bułka tarta, mleko krowie 3,2%, jaja kurze, sól, pieprz czarny Alergeny: 1,2,3,4	-Paróweczka z serem w cieście francuskim -Kompot owocowy SKŁADNIKI: ser żółty, parówki berlinki, ciasto francuskie, mieszanka kompotowa, miód Alergeny: 1,2,3

ALERGENY: 1 - GLUTEN; 2 - MLEKO/LAKTOZA; 3 - JAJA; 4 - RYBY; 5 - ORZECHY; 6 - SELER; 7 - SEZAM; 8 - GORCZYCA; 9-SOJA

Na terenie zakładu produkcyjnego wykorzystywane są: gluten mleko, jaja, seler.

Do przygotowania posiłków dla diet BG zostanie zastosowana mąka bezglutenowa (kukurydziana, ryżowa, ziemniaczana)

Do przygotowania posiłków dla diet BM zostanie zastosowane mleko roślinne (sojowe, ryżowe)

Gramatury: śniadanie: kanapki 130g, zupa mleczna 200ml, jajecznica 50g, twarożek 70g, parówka 40g; II śniadanie: owoc lub warzywo 80-100; zupa 250ml, II danie: mięso 70g, dodatek skrobiowy 150-180g, surówka 70g; podwieczorek: /budyń/kaszka/galaretka 200g, ciasto 150g, pieczywo 70g.

Kaloryczność (średnia tygodniowa): śniadanie 345 kcal, zupa 125 kcal, II danie 399 kcal, podwieczorek 301 kcal, razem 1169 kcal

Pieczywo używamy różnego rodzaju: chleb pszenno-żytni, pełnoziarnisty pszenno-żytni, bułka pszenna; Wędlina: szynka konserwowa wieprzowa (morliny), szynka drobiowa (minimum 92%), połędwica sopocka (Morliny), mielonka tyrolska (JBB), kiełbasa żywiecka (Krakus);

Warzywa do śniadań i podwieczorków: pomidor, ogórek świeży, sałata, rzodkiewka, szczypiorek, papryka, ogórek kiszony; Owoce / warzywo: jabłko, śliwka, gruszka, arbuz, banan, mandarynka, pomarańcza, marchew, ogórek świeży, kalarepa, nektarynka

Zastrzegamy sobie prawo zmiany jadłospisu z racji na dostępność produktów.



J A D Ł O S P I S

03.01.2022 – 04.02.2022

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	I DANIE	II DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 17.01.2022	-Twarożek ze szczypiorkiem -Pieczywo mieszane z masłem -Wędlina -Pomidor świeży ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, ser twarogowy biały (półtłusty), jogurt naturalny 1,5%, masło (osełka górską), wędlina, ogórek świeży, rzodkiewka, szczypior Alergeny: 1,2	Jabłko	-Zupa grochowa z ziemniaczkami SKŁADNIKI: porcja rosółowa drobiowa, zeberka wieprzowe wędzone, groch łuskany, marchew, seler, pietruszka korzeń, por, cebula, liść laurowy, ziele angielskie, cebula, sól, pieprz czarny, majeranek Alergeny: 6	-Mięso z piersi kurczaka z warzywami w sosie śmietanowym -Ryż SKŁADNIKI: mięso drobiowe(kurczak), brokuł, fasola szparagowa, marchew, ryż, śmietana 18%, mąka pszenna, sól, pieprz ziółowy, pieprz czarny Alergeny: 1,2	Jogurt naturalny z nasionami chia i owocami SKŁADNIKI: jogurt naturalny 1,5%, nasiona chia, jabłka, gruszeki, brzoskwinie, banany Alergeny: 2
WTOREK 18.01.2022	-Parówki -Bułeczka z masłem -Ser żółty -Ogórek świeży ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, ser żółty, masło (osełka górską), parówki berlinki, pomidor, szczypior, rzodkiewka Alergeny: 1,2	Gruszka	-Kremowa zupa pomidorowa z groszkiem ptyśowym i natką pietruszki SKŁADNIKI: porcja rosółowa drobiowa, marchew, por, seler, śmitana 18%, pietruszka korzeń, cebula, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, koncentrat pomidorowy, pulpa pomidorowa, pietruszka natka, groszek ptyśowy Alergeny: 1,2,6	-Pieczony kotlet mielony (wieprzowy) -Ziemniaczki puree -Surówka ze świeżej kapusty, marchewki, ogórka i kukurydzy SKŁADNIKI: ziemniaki, mięso mielone z łopatki wieprzowej, mleko krowie 2,3%, bułka tarta, cebula, świeża kapusta, kukurydza, marchew, papryka mielona, pieprz czarny, pieprz ziółowy, sól Alergeny: 1,2,3	-Placki z jabłkami SKŁADNIKI: mąka pszenna, jaja kurze, mleko krowie 3,2%, proszek do pieczenia, olej rzepakowy, cukier sól, jabłka Alergeny: 1,2,3
ŚRODA 19.01.2022	-Płatki CornFlakes z ciepłym mlekiem -Bułka paryska z masłem -Wędlina -Pomidor ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, płatki zbożowe, mleko krowie 3,2%, masło (osełka górską), wędlina, pomidor, szczypior, rzodkiewka Alergeny: 1,2	Marchewka	-Zupa żurek z ziemniaczkami i białą kielbaską SKŁADNIKI: ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, por, zakwas żuru, biała kielbasa, chrzan, cebula, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, boczek wieprzowy, sól, pieprz czarny Alergeny: 1,6	-Makaron z jogurtem i truskawkami SKŁADNIKI: makaron (Lubella), jogurt naturalny, truskawki Alergeny: 1,2	-Bułeczka z masłem i wędliną -Ogórek świeży -Pomidor ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, masło (osełka górską), wędlina, pomidor, szczypior, rzodkiewka Alergeny: 1,2
CZWARTEK 20.01.2022	-Pieczywo mieszane z masłem -Paszтет drobiowy -Ser żółty -Ogórek ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, paszтет drobiowy (Profi) (jaja/ soja/gluten), masło (osełka górską), ser żółty, pomidor, szczypior, rzodkiewka Alergeny: 1,2,3,9	Jabłko	-Zupa rosół z makaronem SKŁADNIKI: porcja rosółowa drobiowa, marchew, seler, pietruszka, por, cebula, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz czarny, makaron nitki (bezejajeczny) Alergeny: 1,6	-Gulasz z szynki wieprzowej -Kasza jęczmienna -Surówka z buraczków SKŁADNIKI: Kasza Jęczmienna, szynka wieprzowa, marchew, cebula, mąka pszenna, mąka ziemniaczana, mąka kukurydziana, buraki czerwone, sok z cytryny, pieprz, sól, Alergeny: 1	-Ryzanka ma mleku z mussem malinowo bananowym SKŁADNIKI: Ryż, mleko 3,2%, cukier waniliowy, banany, maliny Alergeny: 2
PIĄTEK 21.01.2022	-Jajecznica -Pieczywo mieszane z masłem -Wędlina -Ser żółty -Pomidor ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, jaja kurze, masło (osełka górską), ser żółty, wędlina pomidor, szczypior, rzodkiewka Alergeny: 1,2,3	Banan	-Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami i koperkiem SKŁADNIKI: SKŁADNIKI: ziemniaki, porcja rosółowa drobiowa, marchew, por, seler, pietruszka korzeń, cebula, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, kalfior, koperek Alergeny: 6	-Paluszki rybne z fileta dorsza -Ziemniaki puree -Surówka z marchewki i jabłka SKŁADNIKI: ziemniaki, filet z dorsza, ziemniaki, marchew, jabłka, jaja kurze, mleko krowie 3,2%, olej rzepakowy, bułka tarta, sól, pieprz czarny, pieprz ziółowy Alergeny: 1,2,3,4	-Ciasto drożdżowe -kakao SKŁADNIKI: mąka pszenna, jaja kurze, drożdże, jabłka, cukier, margaryna Palma, drożdże piekarnicze, mleko krowie 3,2 %, cukier waniliowy Alergeny: 1,2,3

ALERGENY: 1 - GLUTEN; 2 - MLEKO/LAKTOZA; 3 - JAJA; 4 - RYBY; 5 - ORZECHY; 6 - SELER; 7 - SEZAM; 8 - GORCZYCA; 9-SOJA

Na terenie zakładu produkcyjnego wykorzystywane są: gluten mleko, jaja, seler.

Do przygotowania posiłków dla diet BG zostanie zastosowana mąka bezglutenowa (kukurydziana, ryżowa, ziemniaczana)

Do przygotowania posiłków dla diet BM zostanie zastosowane mleko roślinne (sojowe, ryżowe)

Gramatury: śniadanie: kanapki 130g, zupa mleczna 200ml, jajecznica 50g, twarożek 70g, parówka 40g; II śniadanie: owoc lub warzywo 80-100: zupa 250ml, II danie: mięso 70g, dodatek skrobiowy 150-180g, surówka 70g; podwieczorek: /budyń/kaszka/galaretką 200g, ciasto 150g, pieczywo 70g.

Kaloryczność (średnia tygodniowa): śniadanie 345 kcal, zupa 125 kcal, II danie 399 kcal, podwieczorek 301 kcal, razem 1169 kcal

Pieczywo używamy różnego rodzaju: chleb pszenno-żytni, pełnoziarnisty pszenno-żytni, bułka pszenna; Wędlina: szynka konserwowa wieprzowa (morliny), szynka drobiowa (minimum 92%), polędwica sopocka (Morliny), mielonka tyrolska (JBB), kielbasa żywiecka (Krakus);

Warzywa do śniadań i podwieczorków: pomidor, ogórek świeży, sałata, rzodkiewka, szczypior, papryka, ogórek kiszony; Owoc / warzywo: jabłko, śliwka, gruszka, arbus, banan, mandarynka, pomarańcza, marchew, ogórek świeży, kalarepa, nektarynka

Zastrzegamy sobie prawo zmiany jadłospisu z racji na dostępność produktów.



J A D Ł O S P I S

03.01.2022 – 04.02.2022

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	I DANIE	II DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 24.01.2022	-Pasta jajeczna -Pieczywo mieszane z masłem -Wędlina -Pomidor świeży ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, ser twarogowy biały (półtłusty), jogurt naturalny 1,5%, masło (osełka górską), wędlina, ogórek świeży, rzodkiewka, szczypiorek Alergeny: 1,2	Jabłko	-Zupa krupnik jęczmienny z ziemniaczkami i natką pietruszki SKŁADNIKI: ziemniaki, porcja rosółowa drobiowa, marchew, por, seler, pietruszka korzeń, cebula, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pietruszka natka, pieprz czarny, kasza jęczmienna Alergeny: 1,6	-Mięso z piersi kurczaka z warzywami w sosie słodko-kwaśnym -Ryż SKŁADNIKI: piersi z kurczaka, ryż, papryka (czerwona i żółta), ananas w zalewie, pędy bambusa, marchew, brokuł, fasola szparagowa, cebula, imbir, czosnek, sok z cytryny, miód, olej rzepakowy, pulpa pomidorowa, mąka ziemniaczana Alergeny: ---	Jogurt naturalny z nasionami chia i owocami SKŁADNIKI: jogurt naturalny 1,5%, nasiona chia, jabłka, gruszeki, brzoskwinie, banany Alergeny: 2
WTOREK 25.01.2022	-Parówki -Bułeczka z masłem -Ser żółty -Ogórek świeży ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, ser żółty, masło (osełka górską), parówki berlinki, pomidor, szczypiorek, rzodkiewka Alergeny: 1,2	Gruszka	-Zupa warzywna z koperkiem (zabielana) SKŁADNIKI: ziemniaki, porcja rosółowa drobiowa, marchew, por, seler, pietruszka korzeń, cebula, brukselka, fasolka szparagowa, śmietana 18%, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, koperek Alergeny: 2,6	-Pieczony kotlet pożarski (drobiowy) -Ziemniaki puree -Surówka z buraczków SKŁADNIKI: mięso mielone drobiowe, ziemniaki, bułka pszenna , mleko krowie 3,2%, jaja kurze, pietruszka natka, buraki czerwone, cebula, pieprz, sól, Alergeny: 1,3	-Placki z cukinii SKŁADNIKI: mąka pszenna, cukinia, jaja kurze, cebula, olej rzepakowy, koperek, mleko Alergeny: 1,2,3
ŚRODA 26.01.2022	-Płatki muszelki czekoladowe z ciepłym mlekiem -Bułka paryska z masłem -Wędlina -Pomidor ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, płatki zbożowe, mleko krowie 3,2%, masło (osełka górską), wędlina, pomidor, szczypiorek, rzodkiewka Alergeny: 1,2	Marchewka	-Zupa buraczkowa z ziemniaczkami i natką pietruszki SKŁADNIKI: ziemniaki, buraki, porcja rosółowa drobiowa, marchew, por, seler, pietruszka korzeń, cebula, sól, ocet, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, natka pietruszki Alergeny: 6	-Naleśniki z twarogiem i brzoskwiniami polane jogurtem naturalnym SKŁADNIKI: mąka pszenna, jaja kurze, mleko krowie 3,2%, brzoskwinie, cukier, sól, miód pszczeni, ser twarogowy biały, jogurt naturalny 1,5% Alergeny: 1,2,3	-Bułeczka z masłem i wędliną -Ogórek świeży -Pomidor ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, masło (osełka górską), wędlina, pomidor, szczypiorek, rzodkiewka Alergeny: 1,2
CZWARTEK 27.01.2022	-Pieczywo mieszane z masłem -Wędlina -Ser żółty -Ogórek ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, wędlina, masło (osełka górską), ser żółty, pomidor, szczypiorek, rzodkiewka Alergeny: 1,2,3,9	Banan	-Zupa krem z dyni z grzankami SKŁADNIKI: dynia, ziemniaki, porcja rosółowa drobiowa, marchew, por, seler, pietruszka korzeń, cebula, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, kurkuma, imbir, grzanki pszenne Alergeny: 1,6	-Pulpeciki wieprzowe w sosie koperkowym -Kasza jęczmienna -Ogórek kiszony SKŁADNIKI: mięso mielone wieprzowe (łopatka), bułka pszenna , kasza jęczmienna , jaja kurze, ogórki kiszone, cebula, pieczarki, śmietana 18% , pieprz, sól, mąka pszenna , mąka ryżowa, mąka kukurydziana Alergeny: 1,3	-Budyń waniliowy z mussem malinowo - bananowym SKŁADNIKI: mleko krowie 3,2%, budyń waniliowy, maliny, banany Alergeny: 1,2
PIĄTEK 28.01.2022	-Jajecznicą -Pieczywo mieszane z masłem -Wędlina -Ser żółty -Pomidor ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, jaja kurze, masło (osełka górską), ser żółty, wędlina pomidor, szczypiorek, rzodkiewka Alergeny: 1,2,3	Jabłko	-Zupa pomidorowa z ryżem SKŁADNIKI: porcja rosółowa drobiowa, marchew, por, seler, pietruszka korzeń, cebula, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, pulpa pomidorowa, koncentrat pomidorowy 30%, ryż biały Alergeny: 6	-Pieczony filet z dorsza -Ziemniaczki puree -Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki i jabłka SKŁADNIKI: ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, jabłka, olej rzepakowy, miód pszczeni, filet z dorsza, bułka tarta , mleko krowie 3,2%, jaja kurze, sól, pieprz czarny Alergeny: 1,2,3,4	-Chlebek bananowy -kompot owocowy SKŁADNIKI: mąka pszenna, mleko, masło, jaja kurze, proszek do pieczenia, owoce, banany, laska wanilia, mleko krowie 3,2% Alergeny: 1,2,3

ALERGENY: 1 - GLUTEN; 2 - MLEKO/LAKTOZA; 3 - JAJA; 4 - RYBY; 5 - ORZECHY; 6 - SELER; 7 - SEZAM; 8 - GORCZYCA; 9-SOJA

Na terenie zakładu produkcyjnego wykorzystywane są: gluten mleko, jaja, seler.

Do przygotowania posiłków dla diet BG zostanie zastosowana mąka bezglutenowa (kukurydziana, ryżowa, ziemniaczana)

Do przygotowania posiłków dla diet BM zostanie zastosowane mleko roślinne (sojowe, ryżowe)

Gramatury: śniadanie: kanapki 130g, zupa mleczna 200ml, jajecznicą 50g, twarogów 70g, parówka 40g; II śniadanie: owoc lub warzywo 80-100: zupa 250ml, II danie: mięso 70g, dodatek skrobiowy 150-180g, surówka 70g; podwieczorek: /budyń/kaszka/galaretką 200g, ciasto 150g, pieczywo 70g.

Kaloryczność (średnia tygodniowa): śniadanie 345 kcal, zupa 125 kcal, II danie 399 kcal, podwieczorek 301 kcal, razem 1169 kcal

Pieczywo używamy różnego rodzaju: chleb pszenno-żytni, pełnoziarnisty pszenno-żytni, bułka pszenna; Wędlina: szynka konserwowa wieprzowa (morliny), polędwica sopocka (Morliny), mielonka tyrolska (JBB), kielbasa żywiecka (Krakus);

Warzywa do śniadań i podwieczorków: pomidor, ogórek świeży, sałata, rzodkiewka, szczypiorek, papryka, ogórek kiszony; Owoc / warzywo: jabłko, szliwka, gruszka, arbuz, banan, mandarynka, pomarańcza, marchew, ogórek świeży, kalarepa, nektarynka

Zastrzegamy sobie prawo zmiany jadłospisu z racji na dostępność produktów.



JADŁOSPIS 03.01.2022 – 04.02.2022

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	I DANIE	II DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 31.01.2022	-Twarożek na słodko -Pieczywo mieszane z masłem -Wędlina -Pomidor świeży ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, ser twarogowy biały (półtłusty), jogurt naturalny 1,5%, masło (osełka górską), cukier, wędlina, ogórek świeży, rzodkiewka, szczypior Alergeny: 1,2	Jabłko	-Zupa ogórkowa z ziemniaczkami (zabeliana) SKŁADNIKI: ziemniaki, porcja rosolowa drobiowa, marchew, seler, śmietana 18%, pietruszka, ogórki kiszzone tarte, por, cebula, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz czarny Alergeny: 1,2,6	-Leczo warzywne z kielbaską i kurczakiem -Ryż SKŁADNIKI: ryż biały, marchew, kielbasa toruńska JBB, pierś z kurczaka, kukinia, papryka, cebula, pomidory, sól, pieprz zielony Alergeny: 6	-Koktajl mleczno-owocowy -wafle ryżowe SKŁADNIKI: jogurt naturalny 1,5%, jabłka, cytryny, gruszeki, brzoskwinie, banany, wafle ryżowe Alergeny: 2
WTOREK 01.02.2022	-Parówki -Bułeczka z masłem -Ser żółty -Ogórek świeży ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, ser żółty, masło (osełka górską), parówki berlinki, pomidor, szczypior, rzodkiewka Alergeny: 1,2	Gruszka	-Zupa barszcz ukraiński z natką pietruszki SKŁADNIKI: ziemniaki, buraki, porcja rosolowa drobiowa, fasola biała, kapusta świeża, marchew, por, seler, pietruszka korzeń, cebula, sól, ocet, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, natka pietruszki Alergeny: 6	-Pieczona Pałeczka z kurczaka -Ziemniaczki puree -Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka, papryki i fety SKŁADNIKI: ziemniaki, pałeczka z kurczaka, mąka pszenna, kapusta pekińska, ogórek świeży, marchew, papryka czerwona, olej rzepakowy, ser feta, mleko krowie 3,2%, sól, pieprz Alergeny: 1,2	-Galaretka z owocami SKŁADNIKI: Galaretka owocowa, brzoskwinie, borówki Alergeny: ---
ŚRODA 02.02.2022	-Płatki miodowe kólczka z ciepłym mlekiem -Bułka paryska z masłem -Wędlina -Pomidor ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, płatki miodowe kólczka, mleko krowie 3,2%, masło (osełka górską), wędlina, pomidor, szczypior, rzodkiewka Alergeny: 1,2	Marchewka	-Zupa klopsikowa z ziemniaczkami i natką pietruszki SKŁADNIKI: ziemniaki, porcja rosolowa drobiowa, marchew, por, seler, pietruszka korzeń, cebula, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, pietruszka natka, mięso mielone wieprzowe, jaja kurze Alergeny: 3,6	-Makaron z twarogiem i sosem truskawkowym SKŁADNIKI: makaron (Lubella), ser twarogowy, jogurt naturalny, mleko krowie, truskawki Alergeny: 1,2	-Bułka z masłem, sałatą, wędliną, serem żółtym, pomidorkiem i szczypiorkiem SKŁADNIKI: pieczywo białe, wędlina, masło (osełka górską), ser żółty, sałata, pomidor, szczypior Alergeny: 1,2
CZWARTEK 03.02.2022	-Pieczywo mieszane z masłem -Paszтет drobiowy -Ser żółty -Ogórek ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, paszтет drobiowy (Profi) (jaja/soja/gluten), masło (osełka górską), ser żółty, pomidor, szczypior, rzodkiewka Alergeny: 1,2,3,9	Banan	-Zupa krem z pomidorów z grzankami SKŁADNIKI: ziemniaki, porcja rosolowa drobiowa, marchew, por, seler, pietruszka korzeń, cebula, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, grzanki pszenne Alergeny: 1,6	-Bitki schabowe w sosie pieczeniowym -Kasza bulgur -Ogórek kiszony SKŁADNIKI: kasza bulgur, schab, cebula, mąka pszenna, mąka ziemniaczana, mąka kukurydziana, pieprz, sól, ogórek kiszony Alergeny: 1	-Kasza manna z prażonymi jabłkami SKŁADNIKI: kasza manna, mleko krowie 3,2%, cukier, wanilia, jabłka Alergeny: 1,2
PIĄTEK 04.02.2022	-Jajecznica -Pieczywo mieszane z masłem -Wędlina -Ser żółty -Pomidor ze szczypiorkiem -Rzodkiewka SKŁADNIKI: pieczywo białe, pieczywo ciemne, jaja kurze, masło (osełka górską), ser żółty, wędlina pomidor, szczypior, rzodkiewka Alergeny: 1,2,3	Jabłko	-Zupa rosół z makaronem i natką pietruszki SKŁADNIKI: porcja rosolowa drobiowa, marchew, seler, pietruszka, por, cebula, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz czarny, pietruszka natka, makaron nitki (bezejajeczny) Alergeny: 1,6	-Pieczone kotlety mielone z dorsza -Ziemniaki puree -Surówka coleslaw SKŁADNIKI: ziemniaki, filet z dorsza, Kapusta biała, cebula, marchew, ocet, majonez, jaja kurze, mleko krowie 3,2%, olej rzepakowy, bułka tarta, miód pszczeli, sól, pieprz czarny, pieprz zielony Alergeny: 1,2,3,4	-Babeczki marchewkowe -Kawa zbożowa z mlekiem SKŁADNIKI: mąka pszenna, jaja kurze, cukier waniliowy, proszek do pieczenia, marchew, kawa zbożowa, mleko Alergeny: 1,2,3

ALERGENY: 1 - GLUTEN; 2 - MLEKO/LAKTOZA; 3 - JAJA; 4 - RYBY; 5 - ORZECHY; 6 - SELER; 7 - SEZAM; 8 - GORCZYCA; 9-SOJA

Na terenie zakładu produkcyjnego wykorzystywane są: gluten mleko, jaja, seler.

Do przygotowania posiłków dla diet BG zostanie zastosowana mąka bezglutenowa (kukurydziana, ryżowa, ziemniaczana)

Do przygotowania posiłków dla diet BM zostanie zastosowane mleko roślinne (sojowe, ryżowe)

Gramatury: śniadanie: kanapki 130g, zupa mleczna 200ml, jajecznica 50g, twarożek 70g, parówka 40g; II śniadanie: owoc lub warzywo 80-100: zupa 250ml, II danie: mięso 70g, dodatek skrobiowy 150-180g, surówka 70g; podwieczorek: /budyń/kaszka/galaretka 200g, ciasto 150g, pieczywo 70g.

Kaloryczność (średnia tygodniowa): śniadanie 345 kcal, zupa 125 kcal, II danie 399 kcal, podwieczorek 301 kcal, razem 1169 kcal

Pieczywo używamy różnego rodzaju: chleb pszenno-żytni, pełnoziarnisty pszenno-żytni, bułka pszenna; Wędlina: szynka konserwowa wieprzowa (morliny), szynka drobiowa (minimum 92%), połędwica sopocka (Morliny), mielonka tyrolska (JBB), kielbasa żywiecka (Krakus);

Warzywa do śniadań i podwieczorków: pomidor, ogórek świeży, sałata, rzodkiewka, szczypior, papryka, ogórek kiszony; Owoc / warzywo: jabłko, śliwka, gruszka, arbuź, banan, mandarynka, pomarańcza, marchew, ogórek świeży, kalarepa, nektarynka

Zastrzegamy sobie prawo zmiany jadłospisu z racji na dostępność produktów.