

**Jadłospis od 6.11. - 10.11.2023 r**

<b>Poniedziałek – 6.11.23 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb pszenno-żytni z masłem</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, <b>szynka wiejska, ogórek zielony, herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa pomidorowa z ryżem</b> /wywar mięsny drobiowo: indyk; warzywny:, marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 12% z mleka, przyprawy/ <b>Makaron „świderki” z serem białym i jogurtem naturalnym z brzoskwiniami</b> /makaron pszenny: muszelki: mąka pszenna – gluten, jajko, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, brzoskwinia, cukier/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Chleb kukurydziany z masłem</b> /mąka kukurydziana, mąka pszenna– gluten, mąka żytnia– gluten woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, <b>mozzarella /z mleka/ z oliwkami zielonymi i pomidorem</b>
<b>Wtorek – 7.11.23 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb staropolski z masłem</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, <b>ser żółty /z mleka/, pomidor, herbata żurawinowa</b>
<b>Obiad</b>	<b>Krem brokułowo-groszkowy z grzankami z bagietki</b> /brokuły, groszek zielony, ziemniaki, cebula, masło, naturalny bulion z warzyw, śmietana, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ <b>Filet drobiowy panierowany, ziemniaki, mizeria</b> /filet z kurczaka, mąka pszenna - gluten, bułka tarta- gluten, jajka, mleko 2%, świeży ogórek, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Jogurt naturalny /jogurt z mleka/ z owocami sezonowymi i chrupkami kukurydzianymi</b>
<b>Środa – 8.11.23 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Bułka kajzerka z masłem</b> /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, <b>wiejski twarożek z rzodkiewką</b> /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/, <b>herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką</b> /wywar mięsny: mięso wołowe, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszenna - gluten, jajko/ <b>Schab pieczony w sosie własnym, kasza perłowa, surówka z buraczków z jabłkiem</b> /schab, mąka typ 500 - gluten, kasza perłowa – gluten, buraki, jabłko, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Pana cotta z musem z malin</b> /mleko, jogurt naturalny, śmietana 30%, cukier, żelatyna, maliny mrożone/, <b>pałki kukurydziane</b>

**Czwartek - 9.11.23 r**

<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb wiejski z masłem</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, <b>schab pieczony, papryka, herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa jarzynowa z ziemniakami</b> /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, śmietana 18% z mleka, ziemniaki, pietruszka natka, przyprawy/ <b>Penne z pieczonym kurczakiem i sosem szpinakowo - śmietanowym, z serem żółtym,</b> /filet drobiowy, szpinak mrożony, śmietana 18% z mleka, makaron: mąka pszenna – gluten, jajko ser żółty z mleka, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Salatka owocowa</b> /melon, gruszka, jabłko, ananas, kiwi, mandarynka/ + <b>pieczywo chrupkie 3 zboża</b> /mąka pszenna, mąka żytnia – gluten/

**Piątek – 10.11.23 r**

<b>Śniadanie</b>	<b>Bułka grahamka z masłem</b> /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, <b>pasta rybna – jajeczna</b> /tuńczyk- ryba, jajka, szczypiorek, papryka, cebula, majonez, przyprawy/, <b>kawa zbożowa inka</b> /kawa inka – gluten, mleko/
<b>Obiad</b>	<b>Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami</b> /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, mąka orkiszowa - gluten, śmietana 18% z mleka, zielona pietruszka, przyprawy/ <b>Pierogi ruskie z cebulką, surówka z marchewki, jabłka i pomarańczy</b> /mąka pszenna- gluten, mąka orkiszowa - gluten, jajka, ser biały z mleka, ziemniaki, marchewka, jabłko, sok z pomarańczy, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ciasto ucierane z jabłkami i dynią</b> /mąka pszenna - gluten, mąka razowa, jabłko, dynia, cukier trzcinowy, jaja, proszek do pieczenia – gluten, olej rzepakowy/ + <b>owoc sezonowy</b>

**Jadłospis od 13.11. - 17.11.2023 r**

<b>Poniedziałek – 13.11.23 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb pszenno-żytni z masłem</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, <b>szynka gotowana, ogórek zielony, herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Krem z pomidorów z grzankami</b> /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, śmietana 30% z mleka, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ <b>Leniwe z musem z truskawek i jogurtu naturalnego</b> /mąka pszenna - gluten, mąka orkiszowa - gluten, jajka, ziemniaki, ser biały z mleka, masło z mleka, truskawki, jogurt naturalny, cukier/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Chleb z siemieniem lnianym z masłem</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, siemię lniane, masło z mleka/, <b>pasztet pieczony</b> /mięso wp., jajko, mąka pszenna, mleko w proszku/, <b>papryka czerwona</b>
<b>Wtorek – 14.11.23 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb graham z masłem</b> /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, <b>jajko, sos jogurtowo – majonezowy, szczypiorek, herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Kapuśniak na żeberkach wędzonych z ziemniakami</b> /wywar mięsny (żeberka wędzone) – warzywny: marchewka, seler, kapusta biała, koncentrat pomidorowy 30%, zielona pietruszka, przyprawy/ <b>Pieczeń z indyka w sosie koperkowym, kasza bulgur, surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i pomidorem</b> /filet z indyka, mąka poznańska - gluten, śmietana 18% z mleka, świeży koperek, przyprawy, kasza bulgur, kapusta pekińska, ogórek, pomidor, oliwa/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Chałka z masłem</b> /mąka pszenna- gluten, mleko, masło z mleka, jajko, drożdże/, <b>powidła śliwkowe + owoc sezonowy</b>
<b>Środa – 15.11.23 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Buleczka kukurydziana z masłem</b> /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy/, <b>pasta włoska: twarożek z pomidorami suszonymi i bazylią</b> /ser biały z mleka, suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, <b>herbata owocowa</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa kalafiorowa z łazankami i zieloną pietruszką</b> /wywar mięsny: kości cielęce, kalafior, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, śmietana 18% z mleka, makaron pszenny – gluten, jajko, pietruszka natka, lubczyk, sól morską, majeranek, koper/ <b>Gołąbki cygańskie z mięsem i ryżem w sosie paprykowo - pomidorowym, ziemniaki</b> /mięso wieprzowe, kasza jęczmienna - gluten, ryż, kapusta, pomidory pelatti, papryka, śmietana 12% z mleka, ziemniaki, mleko, masło z mleka, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Mus owocowy z jogurtem naturalnym</b> /jogurt z mleka/, <b>ciasteczka kruche domowe</b> /masło, tłuszcz roślinny, cukier puder, proszek do pieczenia, cukier waniliowy, mąka pszenna, żółtka jajek, cukier/

**Czwartek – 16.11.23 r**

<b>Śniadanie</b>	<b>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi i żurawiną</b> /mleko, płatki jęczmienne - gluten/, <b>chleb staropolski z masłem</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, <b>połędwica z indyka, pomidor, herbata owocowa</b>
<b>Obiad</b>	<b>Żurek staropolski z kielbasą i ziemniakami</b> /wywar mięsny (kielbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, seler, zakwas żurku, mąka żytnia - gluten, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ <b>Naleśniki z jabłkami i polewą jogurtową</b> /mąka pszenna - gluten, mąka żytnia- gluten, jajka, mleko 1,5%, jabłka, cukier brązowy, jogurt naturalny z mleka/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Bułka z ziarnami z masłem</b> /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka, ziarna/, <b>domowy humus</b> /ciecierzyca pomidor, suszony pomidor, olej rzepakowy, sezam/, <b>ogórek</b>

**Piątek – 17.11.23 r**

<b>Śniadanie</b>	<b>Bułka grahamka z masłem</b> /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka, ser żółty /z mleka/, <b>pomidor, kakao na mleku 2%</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa koperkowa z ryżem</b> /wywar mięsny: kaczka, śmietana18% z mleka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż/ <b>Paluszki rybne, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem</b> /filet z ryb białych, mąka typ 500 - gluten, mąka kukurydziana, bułka tarta - gluten, jajka, mleko 2%, ziemniaki, kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ciasto czekoladowo - bananowe</b> /mąka pszenna - gluten/, mąka razowa, banany, kakao naturalne, cukier trzcinowy, jaja, proszek do pieczenia - gluten/, olej rzepakowy/ + <b>owoc sezonowy</b>

**Jadłospis od 20.11. - 24.11.2023 r**

<b>Poniedziałek – 20.11.23 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb pszenno-żytni z masłem</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, <b>szynka wiejska, pomidor, herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i ziemniakami</b> /wywar mięsny drobiowy: kurczak; zielony groszek, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, śmietana 18% z mleka, pietruszka natka, ziemniaki, przyprawy/  <b>Ryż z mussem owoce leśne</b> /ryż, jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka, borówka, jeżyna, malina/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Weka z masłem</b> /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, <b>wędlina krakowska, papryka</b>
<b>Wtorek – 21.11.23 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Pszenica w miodzie z mlekiem 2%, chleb graham</b> /mąka żytnia, pszenna – gluten/, <b>z twarogiem /z mleka/ i konfiturą owocową, herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami</b> /kasza jęczmienna - gluten, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, pietruszka natka, sól morską, śmietana z mleka, przyprawy/  <b>Eskałopki z kurczaka, kasza bulgur, fasolka szparagowa z masłem</b> /mięso mielone drobiowe, jajka, bułka tarta - gluten, przyprawy, kasza bulgur – gluten, fasolka, masło z mleka, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Budyń czekoladowy</b> /mleko, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kakao, kurkumina, cukier/, <b>wafle ryżowe</b>
<b>Środa – 22.11.23 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Bułka grahamka z masłem</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cukier, masło z mleka/, <b>pasta włoska: twarożek z pomidorami suszonymi i bazylią</b> /ser biały z mleka, suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, <b>herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Krem z pieczonej papryki, pomidorów z groszkiem ptysiowym</b> /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, papryka, śmietana 30% z mleka, groszek ptysiowy: mąka pszenna – gluten, jajko, przyprawy/  <b>Sznycelek mielony, ziemniaki, kapusta zasmażana</b> /mięso mielone wieprzowe, jajka, bułka tarta – gluten, ziemniaki, masło z mleka, kapusta biała, mąka orkiszowa - gluten, koperek, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Salatka owocowa</b> /melon, gruszka, jabłko, ananas, kiwi, mandarynka/ + <b>bułeczka wodna</b> /mąka pszenna 500, woda, drożdże sól/

**Czwartek - 23.11.23 r**

<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb staropolski z masłem</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, <b>ser żółty</b> /z mleka/, <b>pomidor, herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa ogórkowa z ryżem</b> /wywar mięsny: kości cielęce, ogórki kwaszone, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, śmietana 18% - z mleka, lubczyk, susz warzywny/ <b>Spaghetti bolońskie</b> /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, jajka, mięso mielone wołowe, pomidory pelatti, czosnek, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ciasto cytrynowo - imbirowe</b> /mąka pszenna - gluten, mąka razowa - gluten, cytryna, jabłko, imbir świeży, cukier trzcinowy, jaja, proszek do pieczenia – gluten, olej rzepakowy/ + <b>owoc sezonowy</b>

**Piątek – 24.11.23 r**

<b>Śniadanie</b>	<b>Bułka kajzerka z masłem</b> /mąka pszenna – gluten, masło z mleka/, <b>pasta rybna z łosiosia</b> /łosoś - ryba, ser biały, papryka, cebula, przyprawy/, <b>kakao na mleku 2%</b>
<b>Obiad</b>	<b>Barszcz biały zabielały z kielbasą i ziemniakami</b> /kielbasa, barszcz w butelce - gluten, marchewka, pietruszka, seler, por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, kielbasa biała, śmietana 18% z mleka, sól morską, pieprz/ <b>Pampuchy z musem bananowym</b> /mąka pszenna - gluten, drożdże, olej rzepakowy, jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka, banany/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Kapuśniaczki z czarnuszką (2 szt)</b> /mąka pszenna 500- gluten, woda, olej roślinny, jaja, cukier, drożdże, kapusta, cebula, pieczarki, przyprawy/

**Jadłospis od 27.11. – 1.12.2023 r**

<b>Poniedziałek – 27.11.23 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb pszenno-żytni z masłem</b> /mąka pszena – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, <b>szynka gotowana, pomidor, kawa zbożowa inka</b> /kawa inka – gluten, mleko/
<b>Obiad</b>	<b>Zupa ziemniaczano - warzywna z zieloną pietruszką</b> /wywar mięsny: kiełbasa, warzywny: marchewka, pietruszka, seler, zielona pietruszka, ziemniaki, przyprawy/ <b>Makaron „muszelki” z prażonymi jabłkami oraz polewą jogurtowo - cynamonową</b> /makaron pszenny – gluten, jajko, jabłko, cynamon, jogurt z mleka, przyprawa: wanilia/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Bułka z ziarnami z masłem</b> /mąka pszena– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka, ziarna/, <b>pasztet pieczony</b> /mięso wp., jajko, mąka pszena, mleko w proszku/, <b>papryka</b>
<b>Wtorek – 28.11.23 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb staropolski z masłem</b> /mąka pszena – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, <b>ser żółty</b> /z mleka/, <b>ogórek zielony, herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa pomidorowa z makaronem</b> /wywar mięsny drobiowo: indyk; warzywny: marchewka, pietruszka, seler, pomidory, koncentrat pomidorowy 30%, mąka pszena - gluten, jajka, śmietana 12% z mleka, przyprawy/ <b>Risotto z grillowanym kurczakiem, cukinią i papryką</b> /filet z kurczaka, ryż, cebula, cukinia, papryka, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Kisiel wiśniowy</b> /skrobia ziemniaczana, kwas cytrynowy, aromat wiśniowy identyczny z naturalnym, sól, barwnik: ekstrakt z czarnej marchwi, koncentrat soku buraczanego, cukier/, <b>ciasteczka cynamonki domowe</b> /masło, tłuszcz roślinny, cukier puder, sól, jajka, mąka pszena, aromat waniliowy, skórka z pomarańczy, cynamon, miód/
<b>Środa – 29.11.23 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb graham z masłem</b> /mąka żytnia, pszena – gluten, masło z mleka/, <b>jajko, sos jogurtowo – majonezowy, szczypiorek, herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką</b> /wywar mięsny: mięso wołowe, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszena - gluten, jajko/ <b>Podudzia pieczone, ziemniaki, mizeria</b> /podudzia pieczone, ziemniaki, świeży ogórek, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Jogurt owocowy</b> /jogurt naturalny z mleka, mango/ <b>z płatkami owsianymi</b> /gluten/ <b>i kukurydzianymi</b>

**Czwartek – 30.11.23 r**

<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb pszenno-żytni z masłem</b> /mąka pszenno-żytnia – gluten, mąka żytnia – gluten, masło z mleka/, <b>schab pieczony, papryka, herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami</b> /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, mąka orkiszowa - gluten, śmietana 18% z mleka, zielona pietruszka, przyprawy/ <b>Pierogi z mięsem</b> /wołowina, cebula, mąka pszenno-żytnia - gluten, mąka jęczmienna- gluten, jajka, przyprawy/, <b>sałatka z ogórka kiszzonego, pomidora i cebulki</b> /ogórek kiszony, pomidor, cebula, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Pudding ryżowy waniliowy z mussem owocowym</b> /mleko, ryż, mąka ziemniaczana, aromat waniliowy, cukier, owoce sezonowe/

**Piątek – 1.12.23 r**

<b>Śniadanie</b>	<b>Bułka grahamka z masłem</b> /mąka żytnia, pszenno-żytnia – gluten, masło z mleka/, <b>wiejski twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką</b> /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/, <b>herbata żurawinowa</b>
<b>Obiad</b>	<b>Krem wielowarzywny z grzankami</b> /wywar warzywny: marchewka, seler, brokuł, kalafior, groszek zielony, jogurt naturalny z mleka, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ <b>Filet z dorsza panierowany, ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem</b> /filet z dorsza - ryba, mąka typ 500 - gluten, mąka kukurydziana, bułka tarta - gluten, jajka, mleko, ziemniaki, fasolka, masło z mleka, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Pischniki kakaowe</b> /wafle: mąka typ 500 – gluten, cukier, olej rzepakowy, śmietana 18%, sól; mus kakaowy: masło z mleka, cukier brązowy, kakao naturalne, mleko w proszku, woda/ + <b>owoc sezonowy</b>