

Jadłospis od 2.11. - 4.11.2022 r – menu wegetariańskie

Poniedziałek – 31.10.22 r	
Wtorek - 1.11.22 r	
Środa – 2.11.22 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, humus /ciecierzyca, sezam/, pomidor, herbata z cytryną
Obiad	Zupa jarzynowa z fasolką i ziemniakami /marchewka, pietruszka, seler, por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, ziemniaki, fasolka, sól morską, pieprz/ Pampuchy z musem bananowym /mąka pszenna - gluten, drożdże, olej rzepakowy, jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka, banany/ Kompot
Podwieczorek	Chleb graham z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, ser żółty /mleko /, papryka
Czwartek - 3.11.22 r	
Śniadanie	Chleb staropolski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, jajko, szczypiorek, herbata żurawinowa
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem /wywar: ogórki kwaszone, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, śmietana 18% - z mleka, lubczyk, susz warzywny/ Spaghetti neapolitańskie z parmezanem /makaron pszenny – gluten, jajko, pomidory pelatti, ser parmezan z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Jogurt owocowy /jogurt naturalny z mleka, owoce sezonowe/ z płatkami owsianymi i kukurydzianymi
Piątek – 4.11.22 r	
Śniadanie	Bułka grahamka z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, wiejski twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/, herbata z cytryną
Obiad	Krupnik z jarzynami i zieloną pietruszką /kasza jęczmienna - gluten, marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, pietruszka natka, sól morską, śmietana z mleka, przyprawy/. Kotlet z fasoli w płatkach owsianych, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem /fasola biała, mąka typ 500 - gluten, bułka tarta - gluten, jajka, ziemniaki, masło z mleka, kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/ 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/

Jadłospis od 7.11. - 10.11.2022 r – menu wegetariańskie

Poniedziałek – 7.11.22 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenno-żytnia – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, humus /sezam/, papryka, herbata z cytryną
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem /wywar warzywny: marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 12% z mleka, przyprawy/ Makaron z serem białym, jogurtem naturalnym i brzoskwinia /makaron pszenny: mąka pszenno-żytnia – gluten, jajko, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, cukier, brzoskwinia/ Kompot
Podwieczorek	Weka z masłem /mąka pszenno-żytnia – gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, mozzarella z oliwkami zielonymi i pomidorem
Wtorek – 8.11.22 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka żytnia, pszenno-żytnia – gluten, masło z mleka/, pasta jajeczna ze szczypiorkiem /jajka, majonez, jogurt naturalny z mleka, szczypiorek/, kakao na mleku 2%
Obiad	Rosół jarzynowy z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką /wywar jarzynowy, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszenno-żytnia – gluten, jajko/ Kotlet sojowy w japońskiej panierce „panko”, ziemniaki, mizeria /soja, mąka pszenno-żytnia – gluten, bułka tarta- gluten, jajka, mleko 2%, świeży ogórek, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Jogurt naturalny /jogurt z mleka/ z owocami sezonowymi i chrupkami kukurydzianymi
Środa – 9.11.22 r	
Śniadanie	Bułka grahamka z masłem /mąka żytnia, pszenno-żytnia – gluten, masło z mleka/, twarożek biały /ser biały z mleka/ + dżem wiśniowy, herbata z cytryną
Obiad	Krem brokułowo-groszkowy z grzankami z bagietki /brokuły, groszek zielony, ziemniaki, cebula, masło, naturalny bulion z warzyw, śmietana, grzanki pszenno-żytnie – gluten, przyprawy/ Kotlet z kaszy jaglanej, kasza perłowa, kapusta zasmażana /kasza jaglana, cebula, por, marchewka, soczewica, jajka, bułka tarta – gluten, kasza perłowa, kapusta biała, mąka orkiszowa - gluten, koperek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Pana cotta z sokiem malinowym /mleko, jogurt naturalny, śmietana 30%, cukier, żelatyna, maliny mrożone/
Czwartek - 10.11.22 r	
Śniadanie	Kaszka manna na mleku z sokiem owocowym /mleko/, chleb staropolski z masłem /mąka pszenno-żytnia – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, pomidor, 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 ruskie z cebulką, surówka z marchewki i jabłka /mąka pszenno-żytnia – gluten, mąka orkiszowa - gluten, jajka, ser biały z mleka, ziemniaki, marchewka, jabłko, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Marchewka (talarki), kalarepka + pieczywo chrupkie /gluten/

Jadłospis od 14.11. - 18.11.2022 r – menu wegetariańskie

Poniedziałek – 14.11.22 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, twarożek /z mleka/, ogórek świeży, herbata z cytryną
Obiad	Krem z pomidorów z grzankami /wywar warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, śmietana 30% z mleka, grzanki pszenno-żytnie - gluten, 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 /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy/, pasta warzywna /ciecierzyca/, papryka czerwona
Wtorek – 15.11.22 r	
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi i żurawiną /mleko, płatki jęczmienne - gluten/, chleb graham z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, jajko, sos jogurtowo – majonezowy, 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, śmietana z mleka, przyprawy/ Makaron penne z warzywami w sosie serowym /makaron pszenny – gluten, jajko, marchewka, fasolka szparagowa: żółta i zielona; brokuły, papryka, serek topiony z mleka, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Chałka z masłem /mąka pszenna- gluten, mleko, masło z mleka, jajko, drożdże/, powidła śliwkowe
Środa – 16.11.22 r	
Śniadanie	Chleb staropolski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, pasta serowo - paprykowa /ser biały z mleka, papryka czerwona, jogurt naturalny/, herbata z cytryną
Obiad	Zupa kalafiorowa z łazankami i zieloną pietruszką /wywar, kalafior, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, śmietana 18% z mleka, makaron pszenny – gluten, jajko, pietruszka natka, lubczyk, sól morską, majeranek, koper/ Klopsy z ciecierzycy w sosie paprykowo - pomidorowym, ziemniaki, surówka z marchewki z jabłkiem /ciecierzyca, jajka, bułka tarta - gluten, pomidory pelatti, papryka, mąka typ 500 - gluten, śmietana 12% z mleka, marchewka, jabłko, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Mus owocowy z jogurtem naturalnym /jogurt z mleka/, biszkopty /gluten, mleko, jajko/

Czwartek – 17.11.22 r	
Śniadanie	Bułka grahamka z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, twarożek /z mleka/, papryka, herbata owocowa
Obiad	Żurek z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, pietruszka, seler, zakwas żurku, mąka żytnia - gluten, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Naleśniki z jabłkami i polewą jogurtową /mąka pszenna - gluten, mąka żytnia- gluten, jajka, mleko 1,5%, jabłka, cukier brązowy, jogurt naturalny z mleka/ Kompot
Podwieczorek	Chleb graham z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, domowy humus /ciecierzyca pomidor, suszony pomidor, olej rzepakowy, <u>sezam</u> /
Piątek – 18.11.22 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u> /, ser żółty /z mleka/, pomidor, kakao na mleku 2%
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem /wywar, <u>śmietana 18% z mleka</u> , marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż/ Kotlet z kaszy jaglanej, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem / kasza jaglana, cebula, por, marchewka, soczewica, jajka, <u>bułka tarta – gluten</u> ., kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, 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/

Jadłospis od 21.11. - 25.11.2022 r – menu wegetariańskie

Poniedziałek – 21.11.22 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, twarożek /z mleka/, pomidor, herbata z cytryną
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem /wywar warzywny: marchewka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, mleko 3,2%, makaron pszenny- gluten, jajko, zielona pietruszka, przyprawy/ Ryż z musem owoce leśne /ryż, jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka, borówka, jeżyna, malina/ Kompot
Podwieczorek	Weka z masłem /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, jajko, papryka
Wtorek – 22.11.22 r	
Śniadanie	Pszenica w miodzie z mlekiem 2%, chleb graham /mąka żytnia, pszenna – gluten/, z twarogiem /z mleka/ i konfiturą owocową, herbata z cytryną
Obiad	Zupa jarzynowa z kaszą bulgur /wywar; marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, śmietana18% z mleka, pietruszka natka, kasza bulgur - gluten, przyprawy/ Medalion z fasoli białej, ziemniaki buraczki zasmażane /fasola, jajka, bułka tarta - gluten, przyprawy, ziemniaki, buraki, śmietana 18% z mleka, masło, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Galaretką domową malinową z owocami /woda, żelatyna, maliny, stevia w proszku/, wafle ryżowe
Środa – 23.11.22 r	
Śniadanie	Bułka kajzerka z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cukier, masło z mleka/, pasta włoska: ciecierzycza z pomidorami suszonymi i bazylią /ciecierzyca, suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, herbata z cytryną
Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami /wywar, ogórki kwaszone, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, ziemniaki, śmietana18% - z mleka, lubczyk, susz warzywny/ Kotlet sojowy w sosie pieczeniowym, kasza jęczmienna, surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i pomidorem /soja, jajka, mąka pszenna typ 500 - gluten, śmietana 30% z mleka, kasza jęczmienna – gluten, kapusta pekińska, pomidor, ogórek, oliwa z oliwek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Deserek waniliowy /twarożek z mleka, jogurt naturalny z mleka, cukier waniliowy/, ciasteczka owsiane

Czwartek - 24.11.25 r

Śniadanie	Chleb staropolski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, pomidor, herbata z cytryną
Obiad	Krem z pieczonej papryki, pomidorów z groszkiem ptysiowym /wywar warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, papryka, śmietana 30% z mleka, groszek ptysiowy, przyprawy/ Pierogi ruskie /ziemniaki, ser biały, cebula, mąka pszenna - gluten, mąka jęczmienna- gluten, jajka, przyprawy/, sałatka z ogórka kiszzonego, pomidora i cebulki /ogórek kiszony, pomidor, cebula, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Budyń czekoladowy /mleko, mąka ziemniaczana, kakao, cukier/, pieczywo chrupkie 3 zboża /mąka pszenna, żytnia – gluten/

Piątek – 25.11.22 r

Śniadanie	Bułka grahamka z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, pasta jajeczna /jajka, papryka, cebula, przyprawy/, kakao /mleko/
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, mąka orkiszowa - gluten, śmietana 18% z mleka, zielona pietruszka, przyprawy/ Makaron „muszelki” z prażonymi jabłkami oraz polewą jogurtową – karmelową /makaron pszenny – gluten, jajko, jabłko, cynamon, jogurt z mleka, przyprawa: wanilia/ Kompot
Podwieczorek	Chleb graham z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, + surówka z marchewki z brzoskwinia i słonecznikiem /marchewka, brzoskwinia, jogurt naturalny, słonecznik/

Jadłospis od 28.11. - 30.11.2022 r – menu wegetariańskie

Poniedziałek – 28.11.22 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszena – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, jajko, pomidor, kawa inka z miodem /kawa inka – gluten, mleko, miód/
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem /wywar, śmietana 18% z mleka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż/ Spaghetti ala bolońskie z soczewicą /makaron spaghetti: mąka pszena – gluten, jajka, soczewica czerwona, pomidory pelatti, czosnek, cebula, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Weka /mąka pszena – gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy/, twarożek /z mleka/, papryka czerwona
Wtorek – 29.11.22 r	
Śniadanie	Chleb staropolski z masłem /mąka pszena – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, ogórek zielony, herbata z cytryną
Obiad	Zupa kalafiorowa z łazankami i zieloną pietruszką /wywar, kalafior, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, śmietana 18% z mleka, makaron pszenny – gluten, jajko, pietruszka natka, lubczyk, sól morską, majeranek, koper/ Klopsy z ciecierzycy w sosie warzywnym, kasza bulgur, ogórek kiszony / ciecierzycy, jajka, bułka tarta - gluten, marchewka, seler, cukinia, papryka czerwona, śmietana 18% z mleka, mąka orkiszowa - gluten, kasza bulgur, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Kisiel domowy wiśniowy /wiśnie mrożone, mąka ziemniaczana, woda, cukier/, ciasteczka owsiane
Środa – 30.11.22 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka żytnia, pszena – gluten, masło z mleka/, jajko, sos jogurtowy – majonezowy, szczypiorek, herbata z cytryną
Obiad	Rosół jarzynowy z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką /wywar, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszena - gluten, jajko/ Zapiekanek ziemniaczano - warzywna z serem mozzarella /marchewka karotka, fasolka szparagowa żółta, brokuły, kalafior, ziemniaki, ser mozzarella z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Koktajl owocowy na kefirze z płatkami owsianymi i kukurydzianymi /kefir z mleka, owoce: borówki, maliny, płatki owsiane - gluten/

Czwartek – 1.12.22 r

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna – gluten, mąka żytnia – gluten, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, ogórek kiszony, herbata z cytryną
Obiad	Zupa ziemniaczana /marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, sól morska, pieprz/ Pierogi z truskawkami i polewą jogurtową /mąka pszenna - gluten, mąka jęczmienna - gluten, jajka, truskawki, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , cukier/ Kompot
Podwieczorek	Ciasto ucierane z jabłkami /mąka pszenna - <u>gluten</u> , mąka razowa, jabłka, cukier trzcinowy, jaja, proszek do pieczenia – <u>gluten</u> , olej rzepakowy/

Piątek – 2.12.22 r

Śniadanie	Bułka grahamka z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, wiejski twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką / <u>ser biały z mleka</u> , <u>jogurt naturalny z mleka</u> /, herbata żurawinowa
Obiad	Krem z pieczonych buraczków z czosnkiem i grzankami /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; wywar z buraków czerwonych, <u>mąka orkiszowa - gluten</u> , <u>śmietana 18% z mleka</u> , czosnek, <u>grzanki pszenno-żytnie - gluten</u> , przyprawy/ Kotlet z fasoli białej panierowany, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem /fasola biała, <u>mąka typ 500 - gluten</u> , mąka kukurydziana, <u>bułka tarta - gluten</u> , jajka, <u>mleko 2%</u> , ziemniaki, kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Kaszka manna na mleku z musem owocowym / <u>kasza manna- gluten</u> , <u>mleko</u> , <u>cukier</u> , <u>owoce sezonowe</u> /

