



# JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 11.11.2024

**DZIEŃ WOLNY  
DZIEŃ NIEPODLEGŁOŚCI**

WTOREK 12.11.2024

## ŚNIADANIE

- Pieczywo mieszane (**gluten**) 50g z masłem 10g, parówki drobiowe 70g, ketchup, marchewka  
*Składniki:* mięso z piersi kurczaka 74%, mięso wieprzowe 14%, woda, białka **mleka**

## OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Herbata czarna z cytryną i cukrem 150 ml
- Zupa pieczarkowa z fusilli 250ml  
*Składniki:* woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), makaron, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **sele**r), pieczarki, **śmietana** 12%, przyprawy
- Knedle z nadzieniem morelowym 160g i sosem śmietanowym 40g  
*Składniki:* ziemniaki 52%, nadzienie morelowe 20%, morela 40%, skrobia ziemniaczana, mąka **pszenna**, pasteryzowane **jaja**

## PODWIECZOREK

- Kompot wieloowocowy 150 ml
- Baton Flips kakaowy 25 g  
*Składniki:* mąka **pszenna** pełnoziarnista, mąka kukurydziana, mąka ryżowa, cukry, odtłuszczone **mleko** w proszku, kakao, cukier trzcinowy, olej słonecznikowy, sól morską. Może zawierać: **soję**, **gluten**, **mleko**, **orzeszki arachidowe**, oraz inne **orzechy**

ŚRODA 13.11.2024

## ŚNIADANIE

## OBIAD

### (ZUPA + DRUGIE DANIE)

## PODWIECZOREK

CZWARTEK 14.11.2024

## ŚNIADANIE

## OBIAD

### (ZUPA + DRUGIE DANIE)

## PODWIECZOREK

PIĄTEK 15.11.2024

## ŚNIADANIE

## OBIAD

### (ZUPA + DRUGIE DANIE)

## PODWIECZOREK

- Pieczywo mieszane 50g (**gluten**) z masłem 10g, twaróg ze śmietaną 50g, szczypiorek, papryka kolorowa

Składniki: twaróg półtłusty, mleko, rzodkiewka

- Herbata lipowa 150ml

- Zupa pomidorowa z ryżem 250ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), ryż, pomidory w puszcze, koncentrat pomidorowy, **śmietana** 12%, przyprawy

- Filet pieczony z kurczaka 80g w sosie curry 60g i kaszą kuskus (**pszenica**) 100g

Składniki: filet (mięso z kurczaka, olej rzepakowy, przyprawy), sos (masło, przyprawa curry, mąka **pszenna**, **śmietana**), kasza

- Surówka porowa 100g

Składniki: kapusta biała, por, olej rzepakowy, woda, musztarda (**gorczyca**), żółtko **jaja**, przyprawy

- Kompot wielowocowy 150 ml

- Śliwka 70g

- Pieczywo mieszane (**gluten**) 50g z masłem 10g, wędlina drobiowa 20g, serek kanapkowy kremowy ze szczypiorkiem 10g, sałata, ogórek, szczypiorek, pomidor, rzodkiewka, kiełki

Składniki: wędlina (mięso z piersi indyka, woda, sól, przyprawy) serek (**ser twarogowy**, cebula, sól, czosnek suszony, szczypiorek suszony, przyprawy)

- Herbata wiśniowa 150ml

- Zupa barszcz biały 250 ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), mąka **pszenna**, kiełbasa śląska, olej rzepakowy, **śmietana** 12%, przyprawy

- Kotlet rybny (miruna) 80g z ziemniakami 100g

Składniki: ziemniaki, **miruna**, bułka **pszenna**, przyprawy, **jajka**, olej rzepakowy

- Warzywa w stylu rustykalnym 100g

Składniki: kalafior, marchew żółta, kalafior romanesko, groszek cukrowy, woda, masło, oliwa z oliwek, sól, pieprz

- Woda 150 ml

- Serek homogenizowany 120 g

Składniki: **mleko**, cukier, **mleko** zagęszczone odtłuszczone, owoce, żywe kultury bakterii

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, płatki o smaku czekoladowym na mleku 150 g, dżem niskosłodzony 10g

- Herbata żurawinowa 150ml

- Zupa gulaszowa z ziemniakami 250 ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), łopátka wieprzowa, papryka czerwona, pieczarki, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, **śmietana** 12%, przyprawy

- Makaron spaghetti 100 g z sosem bolońskim 100 g

Składniki: makaron, łopátka wieprzowa, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), pomidory, koncentrat pomidorowy, czosnek, przyprawy, olej rzepakowy

- Kompot wielowocowy 150 ml

- Suszone chipsy jabłkowe