

JADŁOSPIS JESIENNO – ZIMOWY 2024/2025

| | ŚNIADANIE | OBIAD | PODWIECZOREK |
|-----------|---|---|--|
| 1. Pon | Zupa mleczna: płatki owsiane na mleku.(7) Kanapka: bagietka, masło, dżem. (1,3,6,7,8,11) Dieta: płatki owsiane na mleku sojowym (6,11) Przekąska: jabłko | Zupa: krem z dyni z mleczkiem kokosowym (7,9) II danie: risotto z kurczakiem i warzywami (marchew, groszek zielony, pietruszka, seler naciowy), kompot wieloowocowy (1,7,9) | Ciasto francuskie z żółtym serem i pieczarkami, bawarka(1,7) Dieta: ciasto francuskie z pieczarkami, herbata czarna (1) |
| 2. Wt | Omlet z warzywami/omlet na słodko, kawa inka z mlekiem (1,3,7) Dieta: kawa inka (1) Przekąska: banan | Zupa: ogórkowa z kiszonych ogórków zabieleną śmietaną (7,9) II danie: schab po myśliwsku, ziemniaki, , surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i marchewki, sos jogurtowo-majonezowy woda z imbirem.(1,3,7,9) Dieta: zupa i surówka bez śmietany/jogurtu | Kanapka: chleb wieloziarnisty, masło, mięso pieczone (wyrób własny), papryka konserwowa, bawarka (1,3,6,7,8,9,11) Dieta: herbata miętowa |
| 3. Śr | Kanapka: chleb żytni czarnowiecki, masło, szynka wiejska, kiszony ogórek, bawarka (1,3,6,7,8,11) Dieta: herbata rumianek Przekąska: gruszka | Zupa: barszcz ukraiński zabieleny śmietaną (1,7,9) II danie: eskalopki z indyka w sosie własnym, kasza gryczana, marchewka z groszkiem na ciepło, woda z miodem i cytryną.(1,7,9) Dieta: zupa bez śmietany | Parowce z musem śliwkowym (wyrób własny), kakao. (1,3,7) Dieta: herbata owocowa Przekąska - papryka |
| 4. Cz | Zupa mleczna: makaron literki na mleku.(1,6,7) Kanapka: chleb orkiszowy, pasta twarogowa ze szczypiorem . (1,3,6,7,8,11) Dieta: makaron literki na mleku sojowym, kanapka z dżemem (1,3,6,7,8,11) Przekąska: marchew | Zupa: krem z białych warzyw z grzanką zabieleny śmietaną (1,3,6,7,8,9,11) II danie: nuggetsy z miruny w panko, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty, kompot wiśniowy. (1,3,4) Dieta: zupa bez śmietany | Muffiny wytrawne o smaku pizzy (wyrób własny), ketchup, herbata ziołowa. (1,3,6,7,9,10) |
| 5. Pt | Kanapka: chleb jak u babci, paszтет domowy (wyrób własny), masło, ogórek konserwowy, bawarka.(1,3,6,7,8,9,10,11) Dieta: herbata czarna Przekąska: melon | Zupa: chrzanowa z kielbaską zabieleną śmietaną (3,6,7,9,10) II danie: kotleciki z batatów i marchewki, fasolka szparagowa z bulką i maselkiem, woda z miętą.(1,3,7) Dieta: zupa bez śmietany | Makaron z pesto bazyliowym i mozzarellą, kawa inka z mlekiem (1,6,7) Dieta: makaron z pesto bazyliowym, kawa inka (1,6) |
| 6. Pon | Chleb wiejski, masło, jajecznica ze szczypiorkiem, kakao (1,3,6,7,8,11) Dieta: herbata melisa Przekąska: jabłko | Zupa: fasolowa (1,7,9) II danie: gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym, ziemniaki, kompot wieloowocowy.(1,3) | Focaccia z oliwą, pomidorami, mozzarellą oraz ziołami (wyrób własny), ketchup bawarka.(1,7,9) Dieta: Focaccia z oliwą, pomidorami oraz ziołami (wyrób własny), ketchup, herbata ziołowa.(1,9) |
| 7. Wt | Zupa mleczna: kasza manna na mleku.(1,7) Kanapka: bulka szpinakowa, masło, pasta z pieczonych warzyw (wyrób własny), mix salat.(1,3,6,7,8,9,11) Dieta: kasza manna na mleku sojowym.(1,3,6,7,8,9,11) Przekąska: banan | Zupa: kapuśniak(7,9) II danie: polędwiczki wieprzowe z cebulką i pieczarkami, kasza jęczmienna, buraczki na ciepło, woda z miodem i cytryną. (1,7,8,11) | Kanapka: chleb jak u babci, masło, filet opiekany z indyka, papryka, bawarka (1,3,6,7,8,11) Dieta: herbata owocowa |
| 8. Śr | Kanapka: chleb orkiszowy, masło, mięso pieczone (wyrób własny), papryka konserwowa, bawarka.(1,3,6,7,8,9,10,11) Dieta: herbata czarna Przekąska: marchew | Zupa: z czerwoną soczewicą i pomidorami zabieleną śmietaną (1,7,9) II danie: ryba pieczona z ziołową kruszonką w sosie śmietanowym, ryż, surówka z czerwonej kapusty z pomarańczą, woda z miętą (1,3,4,7) Dieta: zupa/ryba bez śmietany | Babeczka z jabłkiem i marchewką, koktajl szpinakowo – bananowy na jogurcie naturalnym (1,3,7) Dieta: koktajl szpinakowo – bananowy na mleku sojowym (1,3,6) |
| 9. Cz | Zupa mleczna: kasza kukurydziana na mleku (1,3,6,7) Kanapka: bagietka, masło, serek naturalny, pomidor.(1,3,6,7,8,11) Dieta: kasza kukurydziana na mleku sojowym, kanapka z wędliną.(1,3,6,7,8,11) Przekąska: gruszka | Zupa: krem z gruszki i pietruszki zabieleny śmietaną(7) II danie: pyzy ziemniaczane z mięsem, surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i porem, kompot z czarnej porzeczki (3) | Rafaello z kaszy jaglanej (wyrób własny), herbata rumianek (1,5,8,11) Przekąska - papryka |
| 10. Pt | Kanapka: paluch słonecznikowy, masło, humus z suszonymi pomidorami (wyrób własny), kakao. (1,3,6,7,8,11) Dieta: woda z cytryną Przekąska: melon | Zupa: brokułowa z paskami kurczaka zabieleną śmietaną (7,9) II danie: serniczki z musem dyniowym, kompot śliwkowy (1,3,7) Dieta: zupa bez śmietany, naleśniki z dżemem (1,3) | Kanapka: chleb wieloziarnisty, masło, krakowska sucha, kiszony ogórek, woda z imbirem (1,3,6,7,8,11) |