

JADŁOSPIS			DATA: 29.11.2021 – 03.12.2021		
	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD		PODWIECZOREK
poniedziałek	Chleb żytni, baltonowski, graham (70g) 1, masło (7g) 7, serek poznański z rzodkiewką (30g) 7, szynka wieprzowa (20g), Herbata owocowa bez cukru (200ml)	Owoc sezonowy (100-150g)	Zupa kalafiorowa z ryżem, mlekiem i lubczykiem na wywarze warzywnym (300ml) 7,9	Spaghetti bolognese z mięskiem mieszanym, marchewką i natką pietruszki i wiórkami sera (300g) 1,3,7, woda niegazowana (200ml)	Sok warzywno-owocowy (200ml), wafle wasa (1/2 szt.) 1
	B/glut.: pieczywo b/glutenowe B/mlecz.: margaryna 100% roślinna, pasta słonecznikowa naturalna		B/glut: - B/mlecz.: mleko roślinne*	B/glut: makaron kukurydziany B/mlecz.: ser wegański	B/glut: wasa b/glutenowa B/mlecz.: -
wtorek	Chleb żytni, baltonowski, graham (70g) 1, masło (7g) 7, sałatka ryżowa na słodko z ananasek kurczakiem w sosie majonezowym (60g) 3, serek grani (30g) 7, Herbata rooibois bez cukru (200ml)	Owoc sezonowy (100-150g)	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml) 1,9	Pieczony kotlet drobiowy w panierce (80g) 1,3, ryż basmati (150g), mizeria w sosie jogurtowo-śmietanowym (80g) 7, woda niegazowana (200ml)	Andrzejki: Ciasteczka owsiane z żurawiną (25g) 1,3,5,6,7,8,12
	B/glut.: pieczywo b/glutenowe B/mlecz.: margaryna 100% roślinna,		B/glut: kasza jaglana B/mlecz.: -	B/glut: mizeria z sosem na bazie jogurtu roślinnego* B/mlecz.:	B/glut: ciasteczka b/glutenowe z owocem B/mlecz.: babka piaskowa z owocem b/mleczna 3
środa	Chleb żytni, baltonowski, graham (70g) 1, masło (7g) 7, parówka 95% (25g), ketchupser gouda (20g) 7, roszonek, pomidor malinowy, kiełki (30g) Herbata malinowa bez cukru (200/250ml)	Owoc sezonowy (100-150g)	Krem z białych warzyw na wywarze warzywnym z prażonymi pestkami z dyni (250ml) 1,6,7,9	Gulasz z warzywami z mięskiem drobiowym i dodatkiem lubczyku (180g) 9, kasza orkiszowa (150g) 1, woda niegazowana (200ml)	Serek waniliowy naturalny (100g) 7 , kiwi (1/2 szt.)
	B/glut.: pieczywo b/glutenowe B/mlecz.: margaryna 100% roślinna, ser wegański		B/glut: - B/mlecz.: mleko roślinne*	B/glut: kasza gryczana biała B/mlecz.:	B/glut: - B/mlecz.: jogurt roślinny*
czwartek	Płatki owsiane i kukurydziane na mleku z suszoną morelą (250ml) 1,7,12 Pieczywo żytnie (50g) 1, masło (5g) 7, dżem wiśniowy niskosłodzony 100% (20g), Herbata z dziką różą bez cukru (200/250ml)	Owoc sezonowy (100-150g)	Zupa pomidorowa z zacierkami i świeżym lubczykiem na wywarze warzywnym (300ml) 1,3	Kotlecik z ciecierzycy i mięsa mieszanego (100g) 1,3, ziemniaki gotowane z olejem rzepakowym (150g), surówka z czerwonej kapusty, marchewki z natką pietruszki (80g), woda niegazowana (200ml)	Grahamka mini (20g) 1, dip słonecznikowy – wyr. wł. (15g) 10, papryka do chrupania
	B/glut.: płatki owsiane b/glutenowe B/mlecz.: margaryna 100% roślinna, mleko roślinne*		B/glut: zacierki b/glutenowe B/mlecz.: -	B/glut: B/mlecz.:	B/glut: chlebek b/glutenowy B/mlecz.: -
piątek	Chleb żytni, baltonowski, graham (70g) 1, masło (7g) 7, pasta z serka białego, tuńczyka i ogórka (30g) 3,4,7,10, szynka kajzerkowa (20g), Herbata biała z wiśnią bez cukru (200ml)	Owoc sezonowy (100-150g)	Zupa jarzynowa z kaszą gryczaną białą na wywarze mięsnym z natką i koperkiem (300ml) 9	Pierogi leniwe z serem i masłem (200g) 1,3,7, karotka do chrupania (80g), woda niegazowana (200ml)	Koktajl bananowo-malinowy ze szpinakiem (200ml) 7, oblaty (1 szt.) 1
	B/glut.: pieczywo b/glutenowe B/mlecz.: margaryna 100% roślinna, pasta z tuńczyka, jajka i ogórka kiszzonego 3,7,10,		B/glut: - B/mlecz.: -	B/glut: kluski śląskie z twarogiem z tofu 3,6 B/mlecz.: margaryna roślinna*	B/glut: oblaty kukurydziane B/mlecz.: na bazie mleka roślinnego*

Liczbą oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 (lista alergenów zamieszczona obok) ; Zastrzega się możliwość wprowadzenia zmian do jadłospisu

*Wykorzystywane mleka roślinne: kokosowe 8 / owsiane 1 / sojowe 6 / jaglane; jogurty roślinne: sojowy 6/ kokosowy 8 ; śmietanka roślinna: sojowa 6 / ryżowa / kokosowa 8