****

JADŁOSPIS

**dekadowy od 02.12.2019 r. do 13.12.2019 r.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Data**  **i dzień** | **Śniadanie** | | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Poniedziałek**  **02.12.2019** | 1.Pieczywo mieszane (graham, pszenne, żytnie) z masłem, szynką konserwową, pomidorem i szczypiorkiem, kawa zbożowa  Mleko lub jogurt owocowy\* | | Zupa grochowa przecierana z ziemniakami, makaron pełnoziarnisty z musem truskawkowym,  kompot jabłkowy | Bułka pszenna, wieloziarnista  z masłem, serem żółtym  i ogórkiem kiszonym, bawarka |
| **Alergeny** | gluten, gorczyca, białko mleka krowiego | | gluten, białko mleka krowiego, jajko, seler | gluten, jajko, białko mleka krowiego, sezam |
| **Wtorek**  **03.12.2019** | 1.Pieczywo mieszane (graham, pszenne, wieloziarniste, bagietka) z pasztetem z indyka  i papryką świeżą, herbata wieloowocowa  Mleko lub jogurt owocowy\* | | Zupa pomidorowa z ryżem, ziemniaki, pulpeciki wieprzowe, surówka  z selera i pora na jogurcie naturalnym,  kompot malinowy | Budyń czekoladowy,  talarki ryżowe, kiwi |
| **Alergeny** | gluten, jajko, sezam | | gluten, jajko, białko mleka krowiego, seler | białko mleka krowiego, gluten |
| **Środa 04.12.2019** | 1.Pieczywo mieszane (wieloziarniste, graham, weka, pszenne) z masłem, zupa mleczna z mussli owocowym  Mleko lub jogurt owocowy\* | | Zupa krem z zielonego groszku z kulkami ptysiowymi, naleśniki z farszem mięsno- warzywnym, kompot porzeczkowy | Kajzerka pszenna i wieloziarnista z twarożkiem, rzodkiewką  i szczypiorkiem, herbata  z cytryną |
| **Alergeny** | gluten, białko mleka krowiego, sezam, orzechy, jajko | | gluten, białko mleka krowiego, jajko, seler | gluten, białko mleka krowiego, jajko |
| **Czwartek**  **05.12.2019** | 1.Pieczywo mieszane (graham, pszenne, żytnie) z masłem, dżemem malinowym,  kakao  Mleko lub jogurt owocowy\* | | Zupa ogórkowa z ziemniakami, kluski śląskie z potrawką z kurczaka,  buraczki po żydowsku, kompot wiśniowy | Sok marchwiowo- owocowy, chrupki kukurydziane orzechowe |
| **Alergeny** | gluten, jajko, białko mleka krowiego | | gluten, jajko | orzechy |
| **Piątek MIKOŁAJKI**  **06.12.2019** | 1. Pieczywo mieszane (bagietka, żytnie, wieloziarniste, graham)  z pastą z tuńczyka, sałatą zieloną i papryką, herbata żurawinowa  Mleko lub jogurt owocowy\* | | Zupa jarzynowa,  pierogi ruskie, kompot wieloowocowy | Kisiel cytrynowy, chałka z masłem, banan |
| **Alergeny** | gluten, białko mleka krowiego, sezam, jajko, gorczyca, ryba | | gluten, białko mleka krowiego, jajko, seler | gluten, jajko, białko mleka krowiego |
| **Poniedziałek 09.12.2019** | 1.Pieczywo mieszane (graham, pszenne, żytnie) z pastą  z wędlin i ogórkiem świeżym, kawa Inka  Mleko lub jogurt owocowy\* | Żurek z jajkiem i kiełbasą, Placki ziemniaczane z twarożkiem, kompot agrestowy | | Rogal drożdżowy z masłem, herbata miętowa, gruszka |
| **Alergeny** | gluten, białko mleka krowiego, jajko, gorczyca | | jajko, mleko, gluten | gluten, jajko, białko mleka krowiego |
| **Wtorek**  **10.12.2019** | 1.Pieczywo mieszane (wieloziarniste, graham, pszenne, żytnie) z masłem, serem żółtym, pomidorem  i szczypiorkiem, kakao  Mleko lub jogurt owocowy\* | | Barszcz zabielany z ziemniakami,  kasza jęczmienna, roladki drobiowe z serem i sosem koperkowym, surówka  z marchewki, jabłka i pomarańczy,  kompot malinowy | Sałatka owocowa, maca |
| **Alergeny** | gluten, białko mleka krowiego, jajko, sezam | | gluten, białko mleka krowiego, jajko | gluten, białko mleka krowiego |
| **Środa**  **11.12.2019** | 1. Parówki wieprzowe (z min. zaw. 83% mięsa), pieczywo mieszane z masłem,  herbata wieloowocowa  Mleko lub jogurt owocowy\* | | Rosół z makaronem,  ziemniaki, pieczeń rzymska, surówka z kapusty pekińskiej i ananasa  na jogurcie naturalnym,  kompot porzeczkowy | Biszkopt pieczony naturalnie  z jabłkami, mleko |
| **Alergeny** | gluten, jajko gorczyca | | gluten, jajko, białko mleka krowiego | gluten, białko mleka krowiego, jajko |
| **Czwartek**  **12.12.2019** | 1.Pieczywo mieszane z masłem, szynką drobiową, rzodkiewką  i rukolą, kawa zbożowa  Mleko lub jogurt owocowy\* | | Zupa pieczarkowa z grzankami  gołąbki listne z sosem pomidorowym, kompot jabłkowy | Koktajl truskawkowy na kefirze, bagietka z masłem |
| **Alergeny** | gluten, gorczyca, jajko, białko mleka krowiego | | gluten, białko mleka krowiego, jajko | gluten, jajko, białko mleka krowiego |
| **Piątek**  **13.12.2019** | 1.Bagietka, pieczywo wieloziarniste z masłem, twarożkiem i szczypiorkiem,  kakao  Mleko lub jogurt owocowy\* | | Zupa kalafiorowa, ziemniaki z koperkiem, ryba panierowana „Miruna”, surówka z kiszonej kapusty  i marchewki, kompot wieloowocowy | Galaretka z owocami, wafle ryżowe |
| **Alergeny** | gluten, białko mleka krowiego, jajko, sezam | | gluten, ryba, jajko, białko mleka krowiego |  |

\* Warzywo lub owoc do obiadu (Agencja Rynku Rolnego)

mleko lub jogurt owocowy (Agencja Rynku Rolnego)