

JADŁOSPIS OD 01.12.2023 DO 08.12.2023

Data	Nazwa potrawy	Składniki	ALERGENY	Gramatura	Kcal
01.12.2023 Piątek	Pizza z serem i salami + ketchup	Woda, mąka, drożdże, jajko, mleko, pomidory, bazylia, ser żółty, salami drobiowe ketchup	----- gluten, ----- jajka, laktoza ----- laktoza -----	350g 200ml	620
	Kompot	Woda, jabłka, miód	jabłka		
04.12.2023 PONIEDZIAŁEK	Spaghetti bolognese z serem mozzarella	Makaron z mąki semolina durum, szynka pieczeniowa wp pomidory Passata pomidorowa Śmietana 30% ser mozzarella bazylia przyprawy	Gluten ----- ----- laktoza laktoza ----- -----	300g 200ml	506
	Kompot	Jabłka , truskawka, miód	jabłka, truskawka		
05.12.2023 WTOREK	Kotlet mielony z fileta kurczaka ziemniaki pure	Filet z piersi kurczaka, jajko, bułka tarta , Olej, Ziemniaki,	----- jajko gluten ----- -----	110g 180 g 180 g	516
	Salata z jogurtem naturalnym	sałata , przyprawy , jogurt naturalny	----- laktoza		
	kompot	Woda, porzeczka, truskawka, wiśnia jabłka, miód	jabłko -----	200 ml	
06.12.2023 ŚRODA	Fasolka po bretońsku + bułka	Fasola Jaś, pomidory, kielbaska drobiowa bezglutenowa, Szynka wp b/k Cebula Olej ,przyprawy Bułka pszenna	----- ----- ----- ----- ----- ----- gluten	300g 1 sztuka	498
	Kompot	Truskawka, porzeczka, śliwka, miód	truskawka	200ml	
07.12.2023 CZWARTEK	Nuggetsy z kurczaka frytki	Filet z kurczaka płatki kukurydziane	----- ----- gluten	110g	506
	Surówka z buraczków i jabłka	bułka tarta jajka Ziemniaki, Olej, jabłko	----- jajka, ----- -----	170g 180g	
	Kompot	buraczki przyprawy , Truskawka, śliwka , miód	----- truskawka	200ml	
08.12.2023 PIĄTEK	Zupa Jarzynowa z ziemniaczkami	Kalafior, marchewka, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, groszek cukrowy, ziemniaki śmietanka przyprawy	----- ----- ----- laktoza	300g	607
	Bułka słodka	bułka słodka	----- gluten, laktoza	120g	
	Kompot	Truskawka, śliwka , jabłko, miód	-----	200 ml	

Do potraw używamy przypraw:

Sól, pieprz czarny, pieprz ziołowy, papryka słodka mielona, curry, tymianek, bazylia, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy, ocet jabłkowy

Vegeta natur (produkt bez glutaminianu sodu, suszone warzywa, sól morską)

Filety z mintaja certyfikowane-przeznaczone dla dzieci firmy Frosta

JADŁOSPIS OD 11.12.2023 DO 15.12.2023

Data	Nazwa potrawy	Składniki	ALERGENY	Gramatura	Kcal
11.12.2023 PONIEDZIAŁEK	Naleśniki z twarogiem waniliowym Sos truskawkowy Kompot	Twaróg, Serek waniliowy , Olej, jajka, mąka pszenna, budyń waniliowy , cukier waniliowy, Truskawka cukier, jogurt naturalny Jabłka , wiśnia, śliwka, miód	Laktoza laktoza ----- jajka gluten gluten ----- truskawka ----- laktoza jabłka, truskawka	300g 120 ml 200ml	545
12.12.2023 WTOREK	Kotlet pożarski ziemniaki pure Marchewka z groszkiem kompot	Filet z piersi kurczaka, jajko, bułka tarta , Olej, Ziemniaki, marchew, groszek śmietana /masło mąka pszenna Woda, porzeczka, truskawka, wiśnia jabłka, miód	----- jajko gluten ----- ----- ----- laktoza gluten jabłko -----	110g 180 g 180 g 200 ml	556
13.12.2023 ŚRODA	Ryż a'la bereliso z jabłkiem + sos cynamonowy Kompot	Ryż jabłka cukier, jogurt naturalny, masło, jajka , Jabłka , truskawka, miód	Gluten jabłka ----- laktoza laktoza jajka ----- jabłka, truskawka	350g 200ml	496
14.12.2023 CZWARTEK	Podudzie z kurczaka pieczone, Ziemniaki Surówka z buraczków i jabłka Kompot	Podudzie z kurczaka przyprawy Ziemniaki, olej Buraczki, jabłka , Olej woda, jabłka, cukier	----- ----- ----- ----- ----- ----- ----- jabłka	110g 180g 160g 200ml	523
15.12.2023 PIĄTEK	Filet z dorsza certyfikowany frytki Surówka z kapusty pekińskiej Kompot	Filet z dorsza w chrupiącej panierce Ziemniaki, Olej, Kapusta pekińska marchewka przyprawy , Truskawka, śliwka , miód	Gluten, jajka, laktoza ----- ----- ----- ----- ----- ----- truskawka	110g 170g 180g 200ml	510

Do potraw używamy przypraw:

Sól, pieprz czarny, pieprz ziołowy, papryka słodka mielona, curry, tymianek, bazylia, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy, ocet jabłkowy

Vegeta natur (produkt bez glutaminianu sodu, suszone warzywa, sól morską)

Filety z mintaja certyfikowane-przeznaczone dla dzieci firmy Frosta

JADŁOSPIS OD 18.12.2023 DO 22.12.2023

Data	Nazwa potrawy	Składniki	ALERGENY	Gramatura	Kcal
18.12.2023 PONIEDZIAŁEK	Pierogi ruskie jogurt naturalny mały Kompot wieloowocowy	Ziemniaki , jajko Mąka pszenna, Twarożek, masło prawdziwe cebula jogurt naturalny gruszka, porzeczka, jabłko truskawka ,woda, miód	----- jajko gluten laktoza laktoza 150 ml jabłko -----	300 g 1 sztuka 200 ml	547
19.12.2023 WTOREK	Klopsiki w sosie pieczeniowym , ziemniaki , Marchewka z jabłkiem kompot	Szynka pieczeniowa, jajka maka pszenna śmietanka , Olej, Ziemniaki, marchew jabłko przyprawy Woda, porzeczka, jabłka, miód	----- jajko gluten laktoza -----, ----- ----- jabłko ----- jabłko	110g 200 g 180 g 200 ml	539
20.12.2023 ŚRODA	Knedle z sosem truskawkowym Kompot	Ziemniaki, Mąka pszenna, mąka ziemniaczana, jajka, masło, Truskawki , cukier jagody jogurt naturalny Jabłka, porzeczka, miód	----- gluten ----- jajka laktoza truskawka ----- laktoza jabłka	300g 120ml 200 ml	516
21.12.2023 CZWARTEK	Bitki z fileta indyk w sosie , kasza jęczmienna, Surówka z buraczków i jabłka kompot	Filet z indyka Olej, Cebula, śmietana, Kasza jęczmienna, mąka pszenna buraczki, jabłko, Olej rzepakowy, przyprawy Woda, porzeczka, malina miód	----- ----- laktoza gluten ----- jabłka ----- -----	180 g 180g 180g 200ml	543
22.12.2023 PIĄTEK	Pierozki leniwe z masłem i bułką tartą surówka z marchewki i jabłka Kompot	Ziemniaki , Mąka pszenna, bułka tarta pszenna Twarożek, masło prawdziwe jajko, cukier jabłko marchewka gruszka, porzeczka, truskawka ,woda, miód	----- gluten glutem laktoza jajka ----- jabłko ----- truskawka	300g 180 g 200ml	526

Do potraw używamy przypraw:

Sól, pieprz czarny, pieprz ziołowy, papryka słodka mielona, curry, tymianek, bazylia, ziele angielskie, liść laurowy, kwasek cytrynowy, ocet jabłkowy

Vegeta natur (produkt bez glutaminianu sodu, suszone warzywa, sól morska)

Filety z mintaja certyfikowane-przeznaczone dla dzieci firmy Frosta