

# JADŁOSPIS NA OKRES OD 18.03. DO 22.03.2019

18.03.2019, poniedziałek

## ŚNIADANIE

### Diety (zamienniki)

#### Zupa mleczna 200-220 ml

mleko

płatki owsiane

#### Kanapki 3-4 szt.

pieczywo mieszane

masło

szynka drobiowa

serek twój smak

pomidor, ogórek, papryka, sałata

herbata owocowa, mięta, cytryna

*napój kokosowy*

*olej kokosowy*

*ser kozi*

**Alergeny: 1, 7**

## OBIAD

### Diety (zamienniki)

#### Zupa 250 - 300 ml

z białej kapusty z pomidorami  
wywarze włoszczyzny i indyka

na

*zupa nie zabieleną*

#### II danie

klops [90g] pieczony z warzywami z mięsa  
mieszanego

sos pieczarkowy

ziemniaki [150-250g]

mizeria [100-120g]

kompot wieloowocowy

*klopsiki z mąką ziemniaczaną*

*warzywa gotowane*

**Alergeny: 3, 7, 9**

19.03.2019, wtorek

**ŚNIADANIE**

*Diety (zamienniki)*

**Zupa mleczna 200-220 ml**

mleko  
kaszka kukurydziana

*napój kokosowy*

**Kanapki 3-4 szt.**

pieczywo mieszane  
masło  
polędwica wieprzowa

*olej kokosowy  
szynka drobiowa*

dżem  
ser żółty  
pomidor, ogórek, szczypiorek, rzodkiewka,  
herbata owocowa, mięta, cytryna

*ser kozi*

**Alergeny: 1, 7**

**OBIAD**

*Diety (zamienniki)*

**Zupa 250 - 300 ml**

barszcz ukraiński na wywarze warzywnym z  
dodatkiem masła klarowanego

**II danie**

kotlet mielony z dorsza czarnego [100g]  
sos chrzanowy  
ziemniaki [150 -250g]  
brukselka [100-120g]  
kompot wieloowocowy

*kotlet z dorsza z mąką ziemniaczaną lub*

*surówka z ogórka kiszzonego*

**Alergeny: 1, 3, 4, 7, 9**

20.03.2019, środa

**ŚNIADANIE**

**Diety (zamienniki)**

**Zupa mleczna 200-220 ml**

mleko  
płatki ryżowe

*napój kokosowy*

**Kanapki 3-4 szt.**

pieczywo mieszane  
masło  
schab pieczony  
pasta z ryby z białym serem  
serek topiony  
ogórek kiszony, papryka, szczypiorek,

*olej kokosowy  
polędwica drobiowa*

*ser kozi*

**Alergeny: 1, 4, 7**

**OBIAD**

**Diety (zamienniki)**

**Zupa 250 - 300 ml**

szczawiowa z jajkiem na wywarze  
włoszczyzny z masłem klarowanym

*jarzynowa*

**II danie**

cielęcina [100g] w sosie warzywnym  
kasza kuskus [150g-250]  
buraczki z jabłkiem [100-120g]  
kompot wieloowocowy

*ziemniaki  
surówka z marchwi [100-120g]*

**Alergeny: 1, 3, 7, 9**

21.03.2019, czwartek

**ŚNIADANIE**

**Diety (zamienniki)**

**Zupa mleczna 200-220 ml**

mleko

kaszka manna

**Kanapki 3-4 szt.**

pieczywo mieszane

masło

szynka drobiowa

serek żółty

szczypiorek, pomidor, ogórek, papryka, sałata  
herbata owocowa, mięta, cytryna

*napój kokosowy*

*olej kokosowy*

*ser kozi*

**Alergeny: 1, 7**

**OBIAD**

**Diety (zamienniki)**

**Zupa 250-300 ml**

grochówka na wywarze ze skrzydełek indyka i włoszczyzny

**II danie**

indyk [100g] w sosie słodkokwaśnym

ryż [150-250g]

surówka z kapusty pekińskiej z sosem

jogurtowym

kompot wieloowocowy

*krupnik z kaszy kukurydzianej*

*ziemniaki*

*warzywa gotowane*

**Alergeny: 1, 7, 9**

22.03.2019, piątek

**ŚNIADANIE**

**Diety (zamienniki)**

**Zupa mleczna 200-220 ml**

mleko

płatki jaglane

**Kanapki 3-4 szt.**

pieczywo mieszane

masło

szynka drobiowa

ser żółty

pomidor, ogórek, papryka

herbata owocowa, mięta, cytryna

*napój kokosowy*

*kasza kukurydziana*

*olej kokosowy*

*ser kozi*

**Alergeny: 1, 7**

**OBIAD**

**Diety (zamienniki)**

**Zupa 250-300 ml**

pomidorowa z makaronem na wywarze z  
włoszczyzny i indyka

**II danie**

kotlecik z jaj

sos musztardowy

ziemniaki [150 -250g]

szpinak [100g]

kompot wieloowocowy

*piersi kurczaka [100g]*

*surówka z ogórka świeżego*

**Alergeny: 3, 7, 9**

**Uwaga:**

Uprzejmie informujemy, że zamieszczone na naszej stronie internetowej zestawy posiłków mogą ulec nieznacznym zmianom, wynikającym z przyczyn od nas niezależnych.

Jadłospis przygotowała Monika Chojnowska, pracownik ds. żywienia.

Jadłospis zatwierdzony przez dr Joannę Kaletę, pediatrę.