



# Zdrowo jemy i rośniemy !!!

## NASZ JADŁOSPIS\*\*

### 2 półrocze 2020 r.

PONIEDZIAŁEK 2	WTOREK 2	ŚRODA 2	CZWARTEK 2	PIĄTEK 2
<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>
ryż na mleku <i>(alergeny: mleko)</i>	płatki pszenne na mleku <i>(alergen: mleko, gluten)</i>	makaron na mleku <i>(alergeny: gluten, mleko)</i>	kakao na mleku <i>(alergen: mleko)</i>	kasza jaglana na mleku <i>(alergeny: mleko)</i>
pieczywo mieszane z serkiem twarogowym i ziołami <i>(alergeny: gluten, masło, ser twarogowy, jogurt)</i>	pieczywo mieszane z pastą mięsną i pomidorami suszonymi <i>(alergeny: gluten, masło)</i>	pieczywo mieszane z pastą łososiową i awokado <i>(alergeny: ryba, gluten, masło)</i>	pieczywo mieszane z szynką i ogórkiem <i>(gluten, masło)</i>	pieczywo mieszane z serkiem puszystym, papryką i amarantusem <i>(alergeny: gluten, masło, serek śmietankowy)</i>
herbata owocowa z miodem	herbata owocowa z miodem	herbata owocowa z miodem	herbata owocowa z miodem	herbata owocowa z miodem
<b>2 Śniadanie</b>	<b>2 Śniadanie</b>	<b>2 Śniadanie</b>	<b>2 Śniadanie</b>	<b>2 Śniadanie</b>
sok warzywno - owocowy* lub owoce sezonowe*	sok owocowy* lub owoce sezonowe*	sok owocowy* lub owoce sezonowe*	koktail owocowy na jogurcie naturalnym * <i>(alergen: jogurt naturalny)</i>	sok owocowy* lub owoce sezonowe*
<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>
zupa brokułowa <i>(alergeny: seler, śmietana)</i>	kapuśniak z kapusty kiszzonej <i>(alergeny: seler)</i>	zupa ogórkowa <i>(alergeny: seler, śmietana, gluten)</i>	zupa krem z dyni z grzankami <i>(alergen: seler, śmietana, gluten)</i>	zupa krem z buraków z jabłkiem <i>(alergeny: seler)</i>
szynka pieczona w sosie pomidorowym <i>(alergeny: seler, gluten, śmietana)</i>	gulasz wołowy z warzywami <i>(alergen: seler, gluten)</i>	pień z drobiu w sosie curry <i>(alergeny: gluten, seler, śmietana)</i>	pierogi leniwe z owocami <i>(alergeny: gluten, ser biały, jaja, masło)</i>	rybka w sosie czosnkowo-koperkowym <i>(alergeny: ryba, seler, jaja, gluten, mleko, śmietana)</i>
ziemniaki z zieloną pietruszką	kasza gryczana / kasza jęczmienna <i>(alergen: gluten w k. jęczmiennej)</i>	ryż		ziemniaki z koperkiem
marchewka mini z groszkiem i masłem <i>(alergeny: masło)</i>	kućnia / fasolka z serkiem Mozarella <i>(alergeny: masło, ser)</i>	tarta marchewka z jabłkiem		surówka z kapusty kiszzonej z marchewką i jabłkiem
kompot	kompot	kompot	kompot	kompot
<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>
jaglanka z owocami <i>(alergeny: mleko)</i>	biszkopt z musem owocowym i bitą śmietanką <i>(alergeny: jaja, gluten, śmietanka)</i>	suflet z kaszy manny z owocami <i>(alergen: mleko, gluten)</i>	sałatka owocowa	kisiel z owocami i jogurtem greckim, biszkopty <i>(alergeny: jogurt grecki, gluten, jaja)</i>
	herbata owocowa z miodem		herbatniki BeBe <i>(alergeny: gluten, jaja)</i>	

\* - do wyboru

\*\* - jadłospis sporządzony w oparciu o normy Instytutu Żywności i Żywnienia im. prof. dr med. Aleksandra Szczygła w Warszawie  
- szczegółowy skład posiłków i stosowanych produktów jest do wglądu u Pani Intendent

Opracowała: St. Specjalista ds. Technologii Żywnienia  
mgr inż. Grażyna Kwiatkowska

tydzień 2