

DATA	POSIŁEK	WYKAZ SKŁADNIKÓW
04.01. 2021r. P O N I E D Z I A Ł E K	ŚNIADANIE	
	<i>Bułka grahamka, masło, szpinak, ser żółty, ogórek, papryka kolorowa, szczypiorek, herbata czarna z miodem, cytryną i imbirem, gruszka</i>	<u>Bułka grahamka</u> : (mąka pszenna typ 550 (30%), woda, mąka graham (34%), smalec, mieszanka do bułek(mąka sojowa, glukoza, regulator kwasowości, olej roślinny: olej rzepakowy), sól, drożdże, cukier);masło (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych, barwnik –bkaroten, ; <u>ser żółty</u> (mleko pasteryzowane , sól, chlorek wapnia, azotan potasu, podpuszczka, kultury bakterii mlekowych , barwnik annato); szpinak, ogórek świeży, papryka kolorowa, szczypiorek; Herbata(woda, herbata czarna , miód wielokwiatowy, cytryna, imbir); gruszka
	OBIAD	
	<i>Zupa ogórkowa z ziemniakami, Kotlet mielony z pieca, ziemniaki, sałata grecka, kompot owocowy</i>	<u>ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI:</u> (woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, por, seler , ogórki kiszone (ogórki, sól, substancja konserwująca-sorbinian potasu), masło klarowane , śmietana 18%: (śmietana ukwaszona, substancje zagęszczające : skrobia modyfikowana, mączka chleba świętojańskiego, guma guar, pektyna)), zielona pietruszka, koper, sól, pieprz, rozmaryn, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy.); <u>KOTLET MIELONY Z PIECA:</u> (Mięso wieprzowe- karczek, cebula, jaja , sól, pieprz, papryka ostra, bułka tarta (mąka pszenna typ 500 , drożdże, mąka żytnia , sól, skrobia ziemniaczana , gluten), olej rzepakowy; ziemniaki,; <u>sałata grecka</u> : (sałata lodowa, pomidor, ogórek, szczypiorek, ser typu feta; mleko ,sól,regulator kwasowości E 575; oliwa z oliwek, bazyliia, pieprz, oregano); <u>Kompot owocowy:</u> (woda, jabłka, truskawki)
PODWIECZOREK		
<i>Muffinki bananowe, kakao</i>	Muffinki bananowe (banany, mąka pszenna typ 500 , mąka orkiszowa pełnoziarnista , jaja , masło 82% , orzechy włoskie , rodzynki, żurawina suszona, cukier, proszek do pieczenia, soda oczyszczona, cukier z wanilią.), mleko pasteryzowane 2% , kakao 100%	
05.01. 2021r. W T O R E K	ŚNIADANIE	
	<i>Chleb żytni, pieczony filet z indyka w ziołach, masło, szpinak, ogórek, papryka kolorowa, kawa zbożowa na mleku z miodem wielokwiatowym,</i>	Chleb żytni (mąka żytnia 720 39% , naturalny zakwas żytni , woda 21,6%, maślanka , sól, drożdże); <u>Pieczony filet z indyka</u> , (mięso drobiowe- filet z indyka, olej słonecznikowy, sól, pieprz, czosnek granulowany, majeranek, rozmaryn, papryka ostra mielona, papryka słodka mielona), masło (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych , barwnik –bkaroten), szpinak, ogórek , papryka kolorowa; kawa zbożowa na mleku; (mleko pasteryzowane 2% , kawa (cykoria, żyto , burak cukrowy), miód wielokwiatowy),
	OBIAD	
	<i>Zupa jarzynowa z ziemniakami, Naleśniki razowe z serem białym pomarańczą i domowa czekoladą, herbata owocowa</i>	<u>Zupa jarzynowa z ziemniakami:</u> (woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, por, seler , seler naciowy , brokuł, kalafior, fasolka szparagowa, groszek zielony, śmietana 18% (śmietanka pasteryzowana , skrobia kukurydziana, żelatyna wieprzowa, kultury bakterii mlekowych), zielona pietruszka, koper, sól, pieprz, papryka ostra, bazyliia, rozmaryn, ziele angielskie, liść laurowy); <u>NALEŚNIKI RAZOWE Z SEREM BIAŁYM, POMARAŃCZĄ I CZEKOLADĄ DOMOWĄ:</u> (mąka pszenna typ 500 , mąka gryczana, mąka orkiszowa pełnoziarnista , mleko pasteryzowane 2% , woda mineralna gazowana, jaja , olej rzepakowy, cukier z prawdziwą wanilią (wanilia zmielona, cukier), <u>SER twarogowy półtłusty;</u> (mleko pasteryzowane, kultury bakterii fermentacji mlekowej.), Jogurt naturalny: (mleko , mleko w proszku odtłuszczone, białka mleka , żywe kultury bakterii), cukier wanilinowy ze zmielona laska wanilii), czekolada (mleko pasteryzowane 2% , kakao naturalne, masło 82 % , cukier); Herbata OWOCOWA (owoce aronii 35%, jabłka 25%, kwiat hibiskusa 11%, owoce maliny 9%, owoce czarnej porzeczki 9%, skórka z pomarańczy 4%, koncentrat soku z aronii, aromat, regulator kwasowości-kwas cytrynowy)
PODWIECZOREK		
<i>Kisiel marchewkowy, pałka kukurydziana</i>	Kisiel: woda, sok(przeciery z marchwi, brzoskwiń, jabłek, cukier trzcinowy, kwas cytrynowy, witamina C, aromaty), mąka ziemniaczana, ksylitol); <u>Pałka kukurydziana:</u> grys kukurydziany, olej rzepakowy	
06.01. 2021r. Ś R O D A	ŚNIADANIE	
		DZIEŃ WOLNY

07.01. 2021r	ŚNIADANIE	
	Zupa mleczna z płatkami owsianymi i bakaliami, chleb z słonecznikowy, masło, powidła śliwkowe, melon	Zupa mleczna (mleko pasteryzowane 2%, płatki owsiane, orzechy włoskie, wiórki kokosowe, śliwki suszone), Chleb słonecznikowy (woda, mąka żytnia typu 2000, mąka żytnia typu 720, mąka pszenna 750, woda, sól, drożdże, ziarna w zmiennej ilości); masło(śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych, barwnik –bkaroten), powidło (śliwki, cukier); melon
	OBIAD	
	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami, spaghetti z mięsem i sosem pomidorowym, woda z cytryną	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami; (woda, marchew, marchewki mini, ziemniaki, pietruszka, por, seler, seler naciowy, kasza jęczmienna, masło klarowane, sól, pieprz, cząber, koper suszony, lubczyk, bazylia, zielona pietruszka, koper); SPAGHETTI Z MIĘSEM I SOSEM POMIDOROWYM: makaron z pszenicy durum, sos (mięso wieprzowe, pomidory, marchew, pietruszka, por, seler, seler naciowy, kalafior, brokuł, pieczarki, cebula, czosnek, masło klarowane, siemię lniane, sól, pieprz, bazylia, oregano, papryka ostra, papryka słodka, zielona pietruszka, koper); woda , cytryna
PODWIECZOREK		
	Budyń czekoladowy, kiwi	budyń czekoladowy: (mleko pasteryzowane 2%, mąka pszenna typ 500, mąka ziemniaczana, kakao naturalne, masło 82%, żółtko jaja kurzego, cukier, cukier z wanilią (cukier, zmielona laska wanilii); kiwi
08.01. 2021r.	ŚNIADANIE	
	Chleb pszenny, pasta rybna z serem , rzodkiewka, kiełki, herbata z cytryna, imbirem i miodem naturalnym, jabłko	PASTA RYBNA z SEREM : (śledz w oleju (Filety ze śledzia (60%), olej rzepakowy, sól. Może zawierać : gorczycę, gluten, mleko, seler, soję.), ser twarogowy półtłusty (mleko pasteryzowane, kultury bakterii fermentacji mlekowej.), Jogurt naturalny:(mleko, mleko w proszku odtłuszczone, białka mleka, żywe kultury bakterii); rzodkiewka, kiełki, HERBATA CZARNA Z CYTRYNĄ IMBIREM I MIODEM : (Woda, herbata czarna , cytryna, imbir, miód wielokwiatowy) jabłko
	OBIAD	
	Zupa z soczewicy z kiełbasą wiejską, Kluski śląskie z sosem pieczarkowym, surówka: marchewka z jabłkiem i pomarańczą, sok jabłkowy	ZUPA Z SOCZEWICY Z ZIEMNIAKAMI I WIEJSKĄ KIEŁBASĄ: (woda, ziemniaki, marchew, soczewica, kiełbasa (Na 100g wyrobu min. 102g mięsa wieprzowego i 5 g mięsa wołowego, w jadalnej osłonce, długość ok. 30-35 cm skład:(mięso wieprzowe, mięso wołowe, sól, czosnek, pieprz, cukier, ekstrakty przypraw, bez konserwantów i polepszaczy smaku), pietruszka, por, seler, cebula, czosnek świeży, masło klarowane, koper, zielona pietruszka, sól, pieprz, oregano, bazylia, lubczyk, ziele angielskie, liść lauowy); KLUSKI ŚLĄSKIE : (ziemniaki,mąka ziemniaczana, jaja, woda, sól, masło klarowane), SOS PIECZARKOWY: (pieczarki, woda, cebula, śmietana 18% (śmietana ukwaszona, substancje zagęszczające : skrobia modyfikowana, mączka chleba świętojańskiego, guma guar, pektyna), siemię lniane, masło klarowane, zielona pietruszka, sól, pieprz biały mielony, rozmaryn, cząber, suszona marchew, suszona, pietruszka); sok jabłkowy 100%
PODWIECZOREK		
	Koktajl truskawkowy do picia, wafle ryżowe	Koktajl truskawkowy :(truskawki, Jogurt naturalny: mleko, mleko w proszku odtłuszczone, białka mleka, żywe kultury bakterii); wafle ryżowe: (ryż brązowy, ziarna słonecznika, sól)

ALERGENY OZNACZONE SĄ POGRUBIONĄ TRZCIONKĄ

Uwaga: jadłospis może ulec zmianom