

Jadłospis - dieta Podstawowa

Poniedziałek

13.10.2025

Śniadanie	Chleb z masłem, dżem niskosłodzony, kakao, 1/2 banana. Alergeny 1,3,7
Obiad	Zupa jarzynowa z kus-kusem zabelana Jajko sadzone, ziemniaki, szpinak na gęsto, kompot. Alergeny 1,3,7,9
Podwieczorek	Baton zbożowy, 1/2 gruszki. Alergeny 1

Wtorek

14.10.2025

Śniadanie	Francuz z masłem, talerzyk biesiadny (szynka, ser żółty, papryka, sałata, ogórek) herbata z mlekiem. Alergeny 1,3,7
Obiad	Rosół z lanym ciastem Kluski leniwe z musem truskawkowym, kompot. Alergeny 1,3,7,9
Podwieczorek	Jogurt naturalny, płatki kukurydziane, borówki. Alergeny 7

Środa

15.10.2025

Śniadanie	Chleb graham z masłem, twarożek z rzodkiewką i zieloną cebulką, herbata miętowo-owocowa, nektaryna. Alergeny 1,3,7
Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana Kaszotto z indykiem i warzywami, kompot. Alergeny 1,3,7,9
Podwieczorek	Bułka mleczna z masłem, sok jabłkowy. Alergeny 1,3,7

Czwartek

16.10.2025

Śniadanie	Chleb orkiszowy z masłem, szynka, ser żółty, papryka, herbata z cytryną, gruszka. Alergeny 1,3,7
Obiad	Zupa krem z dyni z grzankami zabelana Gołąbki z ziemniakami i sosem pomidorowym, kompot. Alergeny 1,3,7,9
Podwieczorek	Kisiel, 1/2 banan

Piątek

17.10.2025

Śniadanie	Chleb cebulowy z masłem, frankfurterka, pomidorki koktajlowe, herbata owocowa Sok owocowo-warzywny. Alergeny 1,3,7
Obiad	Kapuśniak z ziemniakami i kiełbasą śląską Zapiekanka makaronowa z filetem z soli, brokułem i kukurydzą, kompot. Alergeny 1,3,4,7,9
Podwieczorek	Mus owocowy do picia flipsy

SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI. Numer alergenu - nazwa alergenu. 1 Zboża zawierające gluten(pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) oraz produkty pochodne. 2 Skorupiaki oraz produkty pochodne. 3 Jajka i produkty pochodne. 4 Ryby i produkty pochodne. 5. Orzechy (ziemne, arachidowe) oraz produkty pochodne. 6, Soja i produkty pochodne. 7 Mleko i produkty pochodne. 8 Orzech (migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowce, brazylijskie, pistacje) oraz produkty pochodne. 9. Seler i produkty pochodne. 10. Nasiona sezamu i produkty pochodne. 11 Dwutlenek siarki i siarczany w stężeniach powyżej 10mg/kg lub 10mg/w przeliczeniu na SO₂. 12 Łubin i produkty pochodne. 13 Mięczaki i produkty pochodne.
DO PRZYGOTOWANIA POŚILKÓW UŻYWANE SĄ PRZYPRAWY pieprz prawdziwy i ziołowy, majeranek, oregano, bazylia, tymianek, zioła prowansalskie, cukier waniliowy. Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczycy. W SKŁAD WYWARÓW DO ZUP WCHODZI: mięso rosółowe indycze, kości wieprzowe, szponder, kości wędzone, boczek wędzony oraz świeże warzywa: marchewka, pietruszka, seler, por. PODAJEMY DO PICIA WODĘ MINERALNĄ NA BIEŻĄCO