**Jadłospis**

**08.11.2021r.**

**Śniadanie:** chleb wiejski(50g)(1), chleb z pestkami dyni(50g)(1), masło 82%(20g)(7) , szynka z indyka(10g), twarożek ze śmietaną i rzodkiewką(50g)(7), bukiet warzyw: pomidor(30g), żółta papryka(20g), ogórek(30g), kakao z mlekiem(200g)(7)

**Dodatek do śniadania: banan (70g)**

**Zupa: żurek z jajkiem i białą kiełbasą** ( biała kiełbasa z szynki (20g) ziemniaki(30g), marchew(20g), por(5g), pietruszka korzeń(15g), żur(30g), jajko (60g)(3), śmietana 12% (15g)(7), sól morska, pieprz czarny, lubczyk, liść laurowy, ziele angielskie, czosnek)(1,3,4,5,6,7,8,9,11) ), chleb razowy(50g)(1)

**II danie: naleśnik z serem, dżemem i borówkami** (mąka pszenna(100g)(1), mleko 2% (50g)(7), jaja (15g)(3), dżem truskawkowy(50g), borówka amerykańska (20g), śmietana 12%(15g)(7), twaróg półtłusty (50g)(7), miód naturalny(2,5g))(1,7)

**Kompot jabłkowy** (jabłka(20g), miód naturalny(2,5g))

**Podwieczorek : mus warzywny (120g)(burak (100g), seler (20g), marchew (60g)**

**09.11.2021r.**

**Śniadanie:** chleb wiejski(50g)(1), chleb razowy(50g)(1), masło wiejskie 82%(20g)(7), szynka wieprzowa(10g) , ser żółty(40g)(7),bukiet warzyw: pomidor(20g), ogórek(20g), roszponka(10g), kawa zbożowa z mlekiem(200g)(1,7)

**Dodatek do śniadania: maślanka(120g)(7)**

**Zupa: krem z dyni z groszkiem ptysiowym** (ziemniaki(30g), filet drobiowy(20g), marchew(20g), pietruszka korzeń(15g), por(5g), dynia (60g), śmietana 12% (15g)(7)sól morska, pieprz czarny, lubczyk)(1,3,4,5,6,7,8,9,11)), groszek ptysiowy(20g)(1)

**II danie: filet drobiowy duszony z warzywami** ( filet drobiowy(100g), olej rzepakowy(20g), marchew (20g), pietruszka korzeń (20g), por (10g), sól morska, pieprz czarny, tymianek, )(1,3,4,5,6,7,8,9,11) czosnek, mąka pszenna (15g)(1) **kasza jaglana** ( kasza jaglana (50g)(1), sól morska), **surówka z kiszonej kapusty** ( kiszona kapusta(100g), cebula(10g), marchew(10g), olej rzepakowy(10g), sól morska, pieprz czarny, kminek)(1,3,4,5,6,7,8,9,11))

**Kompot malinowy** (malina(20g), miód naturalny(2,5g))

**Podwieczorek : jabłko(100g)**

**10.11.2021r.**

**Śniadanie:** bułka wrocławska(30g)(1), chleb orkiszowy(50g)(1), płatki śniadaniowe owsiane(40g)(1), masło 82%(20g)(7), suszone śliwki(20g), miód naturalny(2,5g), mleko(200g)(7), herbata owocowa

**Dodatek do śniadania: marchew (30g), banan(80g), ser żółty (20g)(7)**

**Zupa: krupnik z kaszą jęczmienną**( mięso drobiowe(20g), kasza jęczmienna (30g)(1), marchew(20g), pietruszka korzeń(15g), por(5g), ziemniaki(30g), , sól morska, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy)(1,3,4,5,6,7,8,9,11)), chleb żytni (50g)(1)

**II danie: schab w sosie własnym** ( schab b/k(100g), olej rzepakowy(10g), mąka pszenna(15g)(1), cebula (20g), czosnek, sól morska, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie)(1,3,4,5,6,7,8,9,11)), **makaron pełnoziarnisty** ( makaron pełnoziarnisty(50g)(1), sól morska), **surówka z czerwonej kapusty** ( kapusta czerwona (100g), cebula (10g), cytryna (2g), sól morska, pieprz czarny)(1,3,4,5,6,7,8,9,11), olej rzepakowy(10g))

**Kompot gruszkowy** (gruszka(20g), miód naturalny(2,5g))

**Podwieczorek: kefir (150g)(7), mus warzywny (pomidor (100g), seler (20g)(9))**

Sporządziła: Sobczyk Danuta