

JADŁOSPIS klasy 0



PONIEDZIAŁEK 11.12.2023

ŚNIADANIE: Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, polędwica sopocka 40g, pomidor 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa z białą kapustą 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, kapusta biała, ziemniaki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, majeranek, natka),
Leniwe z polewą maślaną i bułką 250g (ziemniaki, twaróg, mąka pszenna, jajko, masło roślinne, bułka tarta pszenna),
Surówka z marchewki z jabłkiem 100g (marchewka, jabłko, sok z cytryny, przyprawy),
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (mleko, seler, gluten, jajko)

PODWIECZOREK: Mandarynka 2szt.

WTOREK 12.12.2023

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną / Kakao z mlekiem 250ml, zapiekanki z serem, sos pomidorowy (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa pieczarkowa z makaronem 300ml (wywar drobiowy, pieczarki, makaron, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka),
Ziemniaki z koperkiem 200g,
Kotlet schabowy z pieca 100g (schab, jajko, bułka tarta, olej rzepakowy, przyprawy),
Fasolka szparagowa 100g,
Kisiel do picia 250ml (kisiel) (seler, gluten, mleko, jajko)

PODWIECZOREK: jogurt waniliowy (mleko)

ŚRODA 13.12.2023

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną / płatki na mleku 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, serek kanapkowy 40g, ogórek zielony 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa ogórkowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, ogórki kiszone, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, koper),
Ryż paraboliczny 200g, pulpeciki wieprzowe w sosie pomidorowym 100g (łopatka wieprzowa, jajko, bułka pszenna, przecier pomidorowy, mąka, śmietana),
Kalafior gotowany 100g,
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (seler, gluten, mleko, jajko)

PODWIECZOREK: Gruszka

CZWARTEK 14.12.2023

ŚNIADANIE: Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, szynka 40g, papryka 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Krem z dyni z groszkiem ptysiowym 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, dynia, śmietana , pieprz, liść laurowy, ziele angielskie),

Makaron z kurczakiem i brokułami w sosie śmietanowym 250g (makaron, kurczak, brokuły, śmietana, zioła prowansalskie)

Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (seler, mleko, gluten, jajko)

PODWIECZOREK: Jabłko

PIĄTEK 15.12.2023

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną / Kakao 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, pasta jajeczna ze szczypiorem 55g (mleko, gluten, jajko)

OBIAD: Krupnik 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, kasza jęczmienna, natka, liść laurowy, ziele ang., pieprz),

Ziemniaki z koperkiem 200g,

Paluszki rybne 100% filet 100g, Surówka z czerwonej kapusty 100g (kapusta czerwona, jabłko, cebula, oliwa, przyprawy),

Kompot jabłkowy 250ml (jabłka) (gluten, seler, mleko, jajko, ryba)

PODWIECZOREK: Herbatniki

PONIEDZIAŁEK 18.12.2023

ŚNIADANIE: Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, pasztet 40g, ogórek kiszony 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa grochowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, groch, liść laurowy, ziele ang., pieprz, natka),

Ryż z jabłkiem, cynamonem i śmietaną 250g (ryż, jabłko, cynamon, śmietana 18%),

Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (seler, mleko)

PODWIECZOREK: Mandarynka

WTOREK 19.12.2023

ŚNIADANIE: Herbata / Płatki śniadaniowe na mleku 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, ser żółty 40g, ogórek 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż, przecier pomidorowy, śmietana 18%, liść laurowy, ziele ang., pieprz, natka),
Ziemniaki z koperkiem 200g,
Kotlet mielony 100g (łopatka wieprzowa, jajko, bułka, cebula, olej, przyprawy),
Buraczki duszone 100g (buraki, masło),
Kompot jabłkowy 250ml (jabłko) (seler, gluten, jajko, mleko)

PODWIECZOREK: Banan

ŚRODA 20.12.2023

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną / Kakao z mlekiem 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, szynka 40g, pomidor 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa kalafiorowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, kalafior, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka),
Kasza pęczak 200g,
Schab w sosie śliwkowym 100g (schab środkowy, śliwki suszone, śmietanka, przyprawy),
Surówka z selera z rodzynkami 100g (seler, rodzyнки, jabłko, jogurt naturalny),
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (mleko, seler, gluten)

PODWIECZOREK: Jabłko

CZWARTEK 21.12.2023

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, parówki gotowane 2szt, sos pomidorowy 10g (mleko, gluten)

OBIAD: Barszcz czerwony 300ml (wywar drobiowy, ziemniaki, buraki, śmietana 18%, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, natka),
Krokiety z kapustą i pieczarkami 250g,
Kompot jabłkowy 250ml (mieszanka owocowa) (mleko, gluten, seler, jajko)

PODWIECZOREK: Mandarynka 2szt

PIĄTEK 22.12.2023

ŚNIADANIE: Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, jajko gotowane 50g rzodkiewka 30g (mleko, gluten, jajko)

OBIAD: Zupa zacierkowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, zacierka, cebula, natka, liść laurowy, ziele ang., pieprz),

Ziemniaki z koperkiem 200g, Filet z ryby pieczony panierowany 100g (filet z miruny, jajko, bułka, olej),

Jarzynki po grecku 100g (włoszczyzna, przecier pomidorowy, przyprawy),

Herbata z miodem i cytryną 250ml (herbata czarna, miód, cytryna)

(seler, gluten, jajko, ryba)

PODWIECZOREK: Ciasto makowe (jajko, gluten, mleko)

Firma Rebus sp. z o.o. zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.

