

JADŁOSPIS klasy 0

PONIEDZIAŁEK 12.02.2024

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

OBIAD: Zupa szczawiowa z jajkiem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, szczaw konserwowy, śmietana 18%, jajko gotowane, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka), Ryż paraboliczny 150g (ryż), Leczo z kiełbasą i cukinią 100g (kiełbasa, cukinia, papryka, przecier pomidorowy, przyprawy, olej)
Kompot owocowy (mieszanka owocowa) 250ml (mleko, jajko, seler)

PODWIECZOREK: Jabłko

WTOREK 13.02.2024

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

OBIAD: Rosół z makaronem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, makaron nitka, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka),
Ziemniaki z koperkiem 200g,
Pieczona pałka kurczaka 1szt (pałka z kurczaka, olej rzepakowy, przyprawy),
Marchewka z groszkiem 100g (marchew, groszek zielony, masło roślinne),
Kompot jabłkowy 250ml (jabłka) (seler, gluten, jajko)

PODWIECZOREK: Jogurt owocowy 100g (mleko)

ŚRODA POPIELCOWA/ Walentynki 14.02.2024

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

OBIAD: Kapuśniak góralski 300ml (wywar warzywny, włoszczyzna, kapusta kiszona, ziemniaki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, majeranek, natka),
Naleśniki z serem, śmietaną i owocami 250g (mąka, mleko, jajko, twaróg półtłusty , śmietana 18%,brzoskwinia, ananas)
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (seler, gluten, jajko, mleko)

PODWIECZOREK: Banan

CZWARTEK 15.02.2024

ŚNIADANIE: Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, parówki gotowane 2szt., sos pomidorowy 20g (mleko, gluten)

OBIAD: Barszcz biały z kiełbaską 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, kiełbasa biała, zakwas barszczu, śmietana 18%, chrzan, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, majeranek, natka), Makaron z kurczakiem i brokułami w sosie śmietanowym 250g (makaron penne, filet z kurczaka, brokuły, śmietanka 30%, zioła prowansalskie, Herbata z miodem i cytryną 250ml (herbata czarna, miód, cytryna) (seler, gluten, jajko, mleko)

PODWIECZOREK: Ciasto jogurtowe (mleko, jajko, gluten)

PIĄTEK 16.02.2024

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, tosty z serem i sosem pomidorowym 2szt (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa koperkowa z ryżem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż, koper, śmietana 18%, liść laurowy, ziele ang., pieprz),
Ziemniaki z koperkiem 200g,
Filet z miruny panierowany pieczony 100g (filet z miruny, bułka tarta, jajko, pieprz cytrynowy),
Jarzynki po grecku 100g (marchew, pietruszka, seler, por, przecier pomidorowy, przyprawy),
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (gluten, seler, mleko, jajko, ryba)

PODWIECZOREK: Gruszka

PONIEDZIAŁEK 19.02.2024

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

OBIAD: Zupa krem z zielonych warzyw z groszkiem ptysiowym 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, brokuł, groszek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka),
Leniwe z polewą maślaną i bułką 250g (ziemniaki, twaróg półtłusty, mąka pszenna, jajko, masło roślinne, bułka tarta pszenna),
Surówka z marchewki i jabłka 100g (marchewka, jabłko, sok z cytryny)
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa)
(mleko, seler, gluten, jajko)

PODWIECZOREK: Mandarynka

WTOREK 20.02.2024

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

OBIAD: Zupa neapolitańska z makaronem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, makaron, serki topione, śmietana 18%, liść laurowy, ziele ang., pieprz, natka),
Ziemniaki z koperkiem 200g,
Kotlet pożarski drobiowy 100g (udziec drobiowy, jajko, bułka tarta, olej, przyprawy),
Colesław 100g (kapusta biała, marchewka, jabłko, cebula, majonez, przyprawy),
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (seler, gluten, jajko, mleko)

PODWIECZOREK: Jabłko

ŚRODA 21.02.2024

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

OBIAD: Barszcz czerwony 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, buraki, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, majeranek, natka),
Ryż paraboliczny 200g,
Kurczak po chińsku z warzywami 120g 100g (filet z kurczaka, mieszanka warzywna z pędami bambusa i grzybami Mun, sos sojowy, przyprawy orientalne),
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (mleko, seler)

PODWIECZOREK: Banan

CZWARTEK 22.02.2024

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

OBIAD: Zupa ziemniaczana z selerem naciowym 300ml (wywar drobiowy, ziemniaki, seler naciowy, śmietana 18%, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, koper),
Kasza jęczmienna 150g
Schab w sosie pieczarkowym 100g (schab środkowy wieprzowy, pieczarki, śmietanka 18%, mąka pszenna, przyprawy, natka),
Warzywa gotowane 100g (kalafior, brokuł, marchew)
Kompot jabłkowy 250ml (jabłka) (mleko, gluten, seler)

PODWIECZOREK: Jogurt owocowy 100g (mleko)

PIĄTEK 23.02.2024

ŚNIADANIE: Herbata owocowa/ Kakao 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, pasta jajeczna ze szczypiorem 50g, rzodkiewka 20g (mleko, gluten, jajko)

OBIAD: Krupnik jaglany 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, kasza jaglana, cebula, natka, liść laurowy, ziele ang., pieprz),

Ziemniaki z koperkiem 200g, Paluszki rybne 100% filet 100g,

Surówka z kapusty kiszonej 100g (kapusta kiszona, marchewka, jabłko, cebula, oliwa, natka, pieprz),

Herbata z miodem i cytryną 250ml (herbata czarna, miód, cytryna) (seler, gluten, jajko, ryba)

PODWIECZOREK: Ciasto jogurtowe (mleko, gluten, jajko)

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