

# JADŁOSPIS klasy 0

## PONIEDZIAŁEK 11.03.2024 Rekolekcje

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

**OBIAD:** Zupa grochowa 300ml ( wywar drobiowy, włoszczyzna, kiełbasa, groch łuskany, ziemniaki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, majeranek, natka),  
Leniwe z masłem i bułką 250g ( ziemniaki, twaróg, mąka pszenna, jajko, masło roślinne, bułka tarta),  
Surówka z marchewki z jabłkiem 100g ( marchewka, jabłko)  
Kisiel owocowy ( kisiel) 250ml ( gluten, jajko, mleko, seler)

**PODWIECZOREK:** Ciastko biszkoptowe z nadzieniem ( jajko, mleko, gluten)

## WTOREK 12.02.2024 Rekolekcje

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

**OBIAD:** Pomidorówka z ryżem 300ml ( wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż, przecier pomidorowy, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka ),  
Ziemniaki z koperkiem 200g,  
Pałka z kurczaka pieczona 1szt ( pałka z kurczaka, olej rzepakowy, przyprawy),  
Fasolka szparagowa 100g,  
Kompot owocowy 250ml ( mieszanka owocowa) (seler, mleko)

**PODWIECZOREK:** Mus owocowy

## ŚRODA 13.03.2024

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

**OBIAD:** Barszcz czerwony 300ml ( wywar warzywny, włoszczyzna, buraki, ziemniaki, śmietana 18% liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, majeranek, natka ),  
Ryż paraboliczny 200g,  
Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 100g ( filet z kurczaka, marchew, ananas, przecier pomidorowy, przyprawy),  
Kompot owocowy 250ml ( mieszanka owocowa) (seler, mleko)

**PODWIECZOREK:** Banan

#### CZWARTEK 14.03.2024

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

**OBIAD:** Zupa ogórkowa 300ml ( wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, ogórki kiszone, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, koper ),  
Makaron spaghetti z mięsem i warzywami w sosie bolońskim 250g ( makaron spaghetti, łopatka wieprzowa mielona, marchewka, cebula, pomidor, przecier pomidorowy, oregano, czosnek)

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

**PODWIECZOREK:** Gruszka

#### PIĄTEK 15.03.2024

**ŚNIADANIE:** Herbata z cytryną 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, ser żółty 40g, sałata 10g ( mleko, gluten)

**OBIAD:** Zupa grysikowa 300ml ( wywar drobiowy, włoszczyzna, kasza manna, cebula, liść laurowy, ziele ang., pieprz, natka),  
Ziemniaki z koperkiem 200g,  
Filet z miruny panierowany pieczony 100g ( miruna, bułka tarta, jajko, pieprz cytrynowy, olej rzepakowy),  
Warzywa gotowane 100g ( kalafior, brokuł, marchewka),  
Kompot owocowy 250ml ( mieszanka owocowa) ( gluten, seler, jajko, ryba)

**PODWIECZOREK:** Baton zbożowy o obniżonej zawartości cukru ( mleko, gluten, orzechy)

#### PONIEDZIAŁEK 18.03.2024

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

**OBIAD:** Zupa fasolowa 300ml ( wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, fasola, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka),  
Pierogi z serem i śmietaną 250g ( mąka, jajko, śmietana 18%, twaróg półtłusty),  
Surówka z marchewki z brzoskwinia 100g ( marchewka, jabłko, brzoskwinia)  
Kompot owocowy 250ml ( mieszanka owocowa) ( mleko, seler, gluten, jajko)

**PODWIECZOREK:** Mandarynka

## WTOREK 19.03.2024

**ŚNIADANIE:** Herbata owocowa/ Kakao 250ml, 2 kanapki: chałka 25g z masłem 10g, dżem brzoskwiniowy niskosłodzony 20g ( mleko, gluten)

**OBIAD:** Rosół z makaronem 300ml ( wywar drobiowy, włoszczyzna, makaron nitka, liść laurowy, ziele ang., pieprz, natka),

Ziemniaki z koperkiem 200g,

Kotlet mielony 100g ( łopatka wieprzowa mielona, jajko, bułka tarta, olej, przyprawy),

Mizeria 100g ( ogórek, jogurt naturalny),

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

**PODWIECZOREK:** Jabłko

## ŚRODA 20.03.2024

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

**OBIAD:** Kapuśniak 300ml ( wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, kapusta kiszona, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, majeranek, natka),

Makaron penne z kurczakiem i brokułami w sosie śmietanowym 250g ( makaron, udzik z kurczaka, brokuły, śmietanka 18% , przyprawy)

Kompot jabłkowy 250ml ( jabłko) ( mleko, seler, jajko, gluten)

**PODWIECZOREK:** Banan

## CZWARTEK 21.03.2024

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

**OBIAD:** Zupa krem z cukinii z grzankami 300ml ( wywar drobiowy, ziemniaki, cukinia, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, koper, grzanki ziołowe),

Kasza bulgur 150g

Szynka duszona w sosie cebulowym 100g ( szynka wieprzowa, cebula, mąka pszenna, przyprawy),

Salatka z buraków 100g ( buraki, jabłko, cebula, pieprz, oliwa)

Kompot jabłkowy 250ml (jabłka) ( gluten, seler)

**PODWIECZOREK:** Jogurt owocowy ( mleko)

**PIĄTEK 22.03.2024**

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

**OBIAD:** Zupa minestrone 300ml ( wywar drobiowy, włoszczyzna, makaron, papryka, cukinia dynia, pomidory, 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:** Wafle ryżowe z polewą malinową ( mleko, gluten)

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