

📅 25.11.2024 **Poniedziałek**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni**Masło ekstra (mleko)****Pasta mięsna**Składniki: kielbasa głogowska, **jaja** kurze całe, ogórek kiszony, szczypiorek, musztarda (**gorczyca**)**Szcypiorek****Kawa zbożowa na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

II Śniadanie

Jabłko

Obiad

Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakamiSkładniki: woda, ziemniaki, kapusta kiszona, skrzydło indyka, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, cebula, czosnek, koperek, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, koncentrat pomidorowy, 30%, sól biała**Makaron świderki z serem białym**Składniki: ser twarogowy półtłusty (**mleko**), makaron **pszenny** bezjajeczny, masło ekstra (**mleko**), cukier**Kompot gruszkowy**

Składniki: woda, gruszka

Podwieczorek

Drożdżówka z kruszonką (wypiek własny)Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, masło ekstra (**mleko**), cukier, drożdże piekarskie, prasowane, cukier z prawdziwą wanilią**Herbata owocowa**

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Energia: 1002 kcal

📅 26.11.2024 **Wtorek**

I Śniadanie

Chleb orkiszowy**Masło ekstra (mleko)****Dżem truskawkowy, niskosłodzony****Zupa mleczna z makaronem ryżowym**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, makaron ryżowy

II Śniadanie

Marchewka słupek

Składniki: marchew

Woda

Obiad

Żurek z jajkiem na kielbasceSkładniki: woda, **jaja** kurze całe, kielbasa głogowska, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, Śmietana 18% (**mleko**), natka pietruszki, czosnek, zakwas na żurek (**żyto**), majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz**Paluszki rybne smażone**Składniki: paluszki **rybne** mrożone (**pszenica**, **ryba**), olej rzepakowy**Ziemniaki, gotowane w wodzie****Ogórek kiszony słupek****Kompot jabłkowo- agrestowy**

Składniki: woda, jabłko, agrest, cukier

Podwieczorek

Banan

Energia: 872 kcal

📅 27.11.2024 **Środa**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni**Masło ekstra (mleko)****Ser gouda tłusty (mleko)****Ogórek kiszony****Rzodkiewka****Herbata z cytryną**

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Banan

Obiad

Krupnik z kaszą jęczmiennąSkładniki: woda, ziemniaki, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, marchew, kasza **jęczmienna**, perłowa, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, skrzydło indyka, natka pietruszki, masło ekstra (**mleko**), koperek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól biała**Spaghetti bolognese z makaronem**Składniki: wieprzowina szynka surowa, makaron **pszenny** bezjajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, cebula, ziola prowansalskie, czosnek, pieprz, sól biała**Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

LeguminaSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kasza manna (**pszenica**), cukier

Energia: 964 kcal

📅 28.11.2024 **Czwartek**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni**Masło ekstra (mleko)****Pasta z makreli wędzonej ze szczypiorkiem**Składniki: **makrela** wędzona (**ryba**), **jaja** kurze całe, ogórek kiszony, szczypiorek, masło ekstra (**mleko**)**Herbata z cytryną**

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Gruszka

Obiad

Zupa pieczarkowa z makaronem na wywarze warzywnymSkładniki: woda, pieczarki świeże, makaron **pszenny** bezjajeczny, marchew, Śmietana 18% (**mleko**), masło ekstra (**mleko**), pietruszka, korzeń, por, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól biała**Nuggetsy z kurczaka w płatkach kukurydzianych (wyrób własny)**Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 450, pieprz, sól biała**Puree ziemniaczane**Składniki: ziemniaki, **mleko** krowie, 2% tłuszczu**Salatka meksykańska**Składniki: kapusta pekińska, kukurydza, konserwowa, fasola czerwona, konserwowa, bez zalewy, pomidor, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**)**Kompot jabłkowy**

Składniki: woda, jabłko

Podwieczorek

Mleko o smaku truskawkowym

Energia: 966 kcal

📅 29.11.2024 **Piątek**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni**Masło ekstra (mleko)****Szynka wiejska****Salata lodowa****Pomidor****Rzodkiewka****Herbata z cytryną**

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Mandarynki

Obiad

Zupa porowa z makaronem na udźcu indyczymSkładniki: woda, por, mięso z udźca indyka, bez skóry, makaron **pszenny** dwujajeczny, marchew, pietruszka, korzeń, Śmietana 18% (**mleko**), **seler** korzeniowy, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól biała**Kluski leniwe z masłem (wyrób własny)**Składniki: ser twarogowy półtłusty (**mleko**), mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, masło ekstra (**mleko**), cukier, sól biała**Surówka z marchewki i brzoskwini**

Składniki: marchew, brzoskwinia w syropie, cytryna

Kompot porzeczkowy

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone, cukier

Podwieczorek

Actimel (mleko)**Paluch kukurydziany**

Energia: 915 kcal

UWAGA:Jadłospis może ulec zmianie