

JADŁOSPIS

Menu

03.11.2025 - 09.11.2025

poniedziałek
03.11

śniadanie: Chleb pełnoziarnisty - mąka żytnia typ 2000 (0g), sól biała (0g), mąka żytnia razowa (0g); Chleb pszenno-żytni - mąka żytnia typ 720 (0g), mąka pszenna typ 750 (0g), sól biała (0g); masło - masło ekstra (0g); warzywa - ; herbata owocowa - jabłka suszone (0g), dzika róża owoce (0g), maliny mrożone (0g); serek biały kanapkowy - ser twarogowy półtłusty (0g), jogurt naturalny (0g), sól biała (0g), pieprz ziołowy (0g); wędlina wieprzowa (90% mięsa) - szynka wieprzowa gotowana (0g); płatki kukurydziane na mleku - mleko spożywcze 3,2% (0g), płatki kukurydziane (0g) (1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11, 12) - 0 kcal

drugie śniadanie: owoc - - 0 kcal

zupa: zupa pomidorowa z ryżem i jogurtem naturalnym - - 0 kcal

drugie danie: woda z cytryną i miętą - woda (0g), cytryna (0g), mięta świeża (0g); Makaron z kurczakiem i bazyliowym pesto z serem - - 0 kcal

podwieczorek: owoc - ; jogurt naturalny - jogurt naturalny 2% (0g); mus brzoskwinowy - (7) - 0 kcal

zupa lub podwieczorek: zupa pomidorowa z ryżem i jogurtem naturalnym - ; owoc - - 0 kcal

wtorek
04.11

śniadanie: Chleb pełnoziarnisty - mąka żytnia typ 2000 (0g), sól biała (0g), mąka żytnia razowa (0g); Chleb pszenno-żytni - mąka żytnia typ 720 (0g), mąka pszenna typ 750 (0g), sól biała (0g); masło - masło ekstra (0g); warzywa - ; herbata owocowa - jabłka suszone (0g), dzika róża owoce (0g), maliny mrożone (0g); ser żółty gouda - ser gouda tłusty (0g); pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów - ; Twarożek ze śmietaną i prażonym jabłkiem - (1, 7, 12) - 0 kcal

drugie śniadanie: owoc - - 0 kcal

zupa: Krem z buraczków - - 0 kcal

drugie danie: kompot wieloowocowy - ; kotlecik mielony - z pieca - kurczak mięso z piersi bez skóry (0g), bułki pszenne zwykłe (0g), jaja kurze całe (0g), sól biała (0g), pieprz czarny (0g), pietruszka liście (0g), cebula (0g), bułka tarta (0g); Ziemniaki z koprem - ; marchewka z groszkiem na maśle - marchew (0g), groszek zielony mrożony (0g), masło ekstra (0g), mąka pszenna typ 500 (0g), sól biała (0g) (1, 3, 7) - 0 kcal

podwieczorek: owoc - ; Ryż na mleku z czekoladową śliwką - - 0 kcal

zupa lub podwieczorek: Ryż na mleku z czekoladową śliwką - - 0 kcal

środa
05.11

śniadanie: Chleb pełnoziarnisty - mąka żytnia typ 2000 (0g), sól biała (0g), mąka żytnia razowa (0g); Chleb pszenno-żytni - mąka żytnia typ 720 (0g), mąka pszenna typ 750 (0g), sól biała (0g); masło - masło ekstra (0g); warzywa - ; pasta drobiowa z suszonymi pomidorami - ; serek biały kanapkowy - ser twarogowy półtłusty (0g), jogurt naturalny (0g), sól biała (0g), pieprz ziołowy (0g); Sałatka z tuńczykiem - ; kakao z miodem naturalnym - mleko spożywcze 3,2% (0g), kakao 16% proszek (0g), miód pszczeli (0g) (1, 7) - 0 kcal

drugie śniadanie: owoc - - 0 kcal

zupa: ogórkowa z jogurtem naturalnym - - 0 kcal

drugie danie: kompot wieloowocowy - ; gulasz wieprzowy - olej rzepakowy uniwersalny (0g), cebula (0g), wieprzowina łopátka (0g), ogórek kiszony (0g), papryka czerwona (0g), sól biała

(0g), pieprz czarny (0g), mąka ryżowa (0g); kasza gryczana - sól biała (0g), kasza gryczana bezglutenowa (0g); surówka z buraczków - burak (0g), cebula (0g), olej rzepakowy uniwersalny (0g), sól biała (0g), pieprz czarny (0g) - 0 kcal

podwieczorek: chałka - ; Sok owocowy tłoczony - - 0 kcal

zupa lub podwieczorek: chałka - - 0 kcal

czwartek
06.11

śniadanie: Chleb pełnoziarnisty - mąka żytnia typ 2000 (0g), sól biała (0g), mąka żytnia razowa (0g); Chleb pszenno-żytni - mąka żytnia typ 720 (0g), mąka pszenna typ 750 (0g), sól biała (0g); masło - masło ekstra (0g); warzywa - ; herbata owocowa - jabłka suszone (0g), dzika róża owoce (0g), maliny mrożone (0g); Pasta z pieczonej dyni i papryki - ; Pieczony schab własnego wyrobu - ; Płatki owsiane na napoju owsianym z malinami - (1, 7, 12) - 0 kcal

drugie śniadanie: owoc - - 0 kcal

zupa: Krupnik jaglany z soczewicą - - 0 kcal

drugie danie: woda z cytryną i miętą - woda (0g), cytryna (0g), mięta świeża (0g); ryż paraboliczny - ryż biały (0g), sól biała (0g); prażone jabłka - jabłko (0g), cynamon mielony (0g); śmietana kwaśna 12% - śmietana 12% (0g) (7) - 0 kcal

podwieczorek: owoc - ; budyń waniliowy - mąka kukurydziana bezglutenowa (0g), skrobia ziemniaczana (mąka ziemniaczana) (0g), mleko spożywcze 3,2% (0g), wanilia w laskach (0g); mus z truskawek - truskawki mrożone (0g) (7) - 0 kcal

zupa lub podwieczorek: Krupnik jaglany z soczewicą - ; owoc - - 0 kcal

piątek
07.11

śniadanie: masło - masło ekstra (0g); warzywa - ; herbata owocowa - jabłka suszone (0g), dzika róża owoce (0g), maliny mrożone (0g); bułka grahamka - bułki grahamki (0g); ser żółty gouda - ser gouda tłusty (0g); jajecznica na maśle - masło (0g), jaja kurze całe (0g), sól biała (0g) (1, 3, 7, 12) - 0 kcal

drugie śniadanie: owoc - - 0 kcal

zupa: Zupa dyniowa - - 0 kcal

drugie danie: kompot wieloowocowy - ; filet z ryby po parysku - pieprz zielony (0g), sok z cytryny (0g), sól biała (0g), dorsz świeży filet bez skóry (0g), mąka pszenna typ 550 (0g), jaja kurze całe (0g); Ziemniaki puree z masłem - ; Surówka z kapusty i świeżego ogórka z koprem - (1, 3, 4) - 0 kcal

podwieczorek: owoc - ; ciasto marchewkowe (wyrób własny) - mąka pszenna typ 750 (0g), soda oczyszczona (0g), cukier (0g), olej rzepakowy uniwersalny (0g), jaja kurze całe (0g), marchew (0g), cynamon mielony (0g) (1, 3) - 0 kcal

zupa lub podwieczorek: ciasto marchewkowe (wyrób własny) - mąka pszenna typ 750 (0g), soda oczyszczona (0g), cukier (0g), olej rzepakowy uniwersalny (0g), jaja kurze całe (0g), marchew (0g), cynamon mielony (0g) (1, 3) - 0 kcal

ZESPÓŁ KSZTAŁCENIA I WYCHOWANIA W BIELKÓWKU