Jadłospis

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Data | Zupa | II danie | DODATEK |
| 08.09.2025r.  poniedziałek | 300 g Zupa: gyros | 220 g placki ziemniaczane z dipem czosnkowym  200 ml napar owocowy | 100 g jabłko |
| 09.09.2025r wtorek | 300 g zupa meksykańska | 200 g zapiekanka makaronowa ze szpinakiem, kurczakiem w białym sosie z serem  200 ml napar owocowy | 100 g brzoskwinia |
| 10.09.2025r środa | 300 g zupa pomidorowa z ryżem | 130 g pieczone pałki z kurczaka w miodzie  200g ziemniaki  100 g surówka ze świeżego kalafiora z marchewką  200 ml napar owocowy | 200 ml sok 100% (marchew, mango , jabłko) |
| 11.09.2025r czwartek | 300 g zupa pieczarkowa z ziemniakami | 100 g bitki schabowe z warzywami,  200 g kasza wiejska  100 g mizeria z jogurtem naturalnym  200 ml napar owocowy | 100 g gruszka |
| 12.09.2025r piątek | 300 g barszcz biały z jajkiem | 100 g ryba  200 g ziemniaki  100g surówka wiejska z białej kapusty w delikatnym sosie z koperkiem  200 ml napar owocowy | 250g jogurt do picia |

**Zastrzega się zmiany w jadłospisie**

Jadłospis

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Data | Zupa | II danie | dodatek |
| 15.09.2025r poniedziałek | 300 g zupa ogórkowa | 110 g filet z piersi kurczaka w sosie pieczarkowym  180 g ryż  100 g fasolka szparagowa z masłem i bułką tartą  200 ml napar owocowy | 40 g płatki owsiane crunchy w batonie , |
| 16.09.2025r wtorek | 300 g rosół z makaronem | 120 g kotlet mielony wołowo – wieprzowy  200 g ziemniaki  100 g marchewka z groszkiem na gorąco  200 ml napar owocowy | 100 g porcja owoców i warzyw w smoothie |
| 17.09.2025r  środa | 300 g ml  barszcz ukraiński | 110 g gulasz rozbójnika  200g ziemniaki  100 g surówka z czerwonej kapusty z chrzanem  200 ml woda z cytryną | 100 g herbatniki petit berry |
| 18.09.2025r czwartek | 300 g zupa  z soczewicy czerwonej z wędzonką | 200g świderki z twarogiem i truskawkami  200 ml napar owocowy | 40 g batonik owsiany crunchy z żurawiną |
| 19.09.2025r piątek | 300 g zupa gołąbkowa z ryżem | 100g kotlet rybny z dorsza – własnego wyrobu  200 g puree ziemniaczane  100 g świeżo tarta marchewka z kukurydzą, jabłkiem i oliwą  200 g lemoniada pomarańczowa | 18 g chipsy jabłkowe |

**Zastrzega się zmiany w jadłospisie**

Jadłospis

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Data | Zupa | II danie | Dodatek |
| 22.09.2025r.  poniedziałek | 300 g ml  Zupa z fasolką szparagową | 110 g pulpety z warzywami  180 g kasza wiejska  100g ogórek kiszony z marchewką  200 ml napar owocowy | 24 g wafle ryżowe z malinami |
| 23.09.2025r.  wtorek | 300 g ml  Krupnik tradycyjny z kaszą jęczmienną | 110 g kotlet schabowy  200 g ziemniaki z koperkiem  100 g sezonowa surówka z kapusty z koperkiem  200 ml napar owocowy | 15 g chrupki kukurydziane |
| 24.09.2025r.  .  Środa | 300 g barszcz czerwony | 200 g spaghetti z mięsem mielonym i serem żółtym  200 ml sok 100% | 100 g banan |
| 25.09.2025r.  czwartek | 300 g zupa koperkowa z ziemniakami | 200 g ala gołąbki tradycyjne w zalewie bolońskiej  180 g ziemniaki  200 ml kompot z wiśni | 23 g mus owocowo – warzywny w tubce |
| 26.09.2025r.  piątek | 300 g ml  zupa neapolitańska z makaronem i serem | 180 g ryba  150 g ziemniaki  100 marchewka duszona  200 ml lemoniada | 100 g pomarańcza |

**Zastrzega się zmiany w jadłospisie**

Jadłospis

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Data | Zupa | II danie | dodatek |
| 29.09.2025r poniedziałek | 300 g ml  Żurek z białą kiełbasą | 110 strogonow z warzywami  200 g kasza gryczana  100 g trio ( kalafior, marchew, brokuł)  z masełkiem  200 ml napar owocowy | 250 g jogurt pitny- mix smaków  ( borówkowy, truskawkowy, brzoskwiniowy) |
| 30.09.2025r  wtorek | 300 ml zupa pomidorowa z makaronem | 110 g kotlet drobiowy z serem  200 ziemniaki  100 g domowa surówka z kapusty kiszonej  200 ml lemoniada cytrynowa | 100 g jabłko |

**Zastrzega się zmiany w jadłospisie**

Sporządził ( a) Szef kuchni Sprawdził (a)