



PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS DEKADOWY
[ilości/gramatury na 1 os.]

	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
Poniedziałek	<p>ŚN. I Ryż na mleku 300 ml, pieczywo\mieszane z masłem 4 skibki, szynka drobiowa 2 plastry, serek kanapkowy 50 g, warzywa sezonowe 1 szt., jaja gotowane 1 szt., herbata 200 ml</p> <p>ŚN. II Bułka z ziarnami z masłem 2szt., szynka wieprzowa 2 plastry, napój 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 2, 3, 7,</p>	<p>Zupa jarzynowa 330 ml, zapiekanka : piersi z kurczaka 90 g, warzywa 100 g , makaron 150 g, napój 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 3, 6, 7, 9</p>	<p>Kisiel owocowy 150 g, owoce sezonowe 1 szt.</p> <p>Alergeny: 6, 7</p>	<p>Mleko 200 ml, pieczywo\mieszane z masłem 2 skibki, szynka wieprzowa 2 plastry, sałatka jarzynowa 150 g, warzywa sezonowe 1 szt., napój 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 3, 6,</p>
Wtorek	<p>ŚN. I Płatki owsiane na mleku 300 ml, pieczywo\mieszane z masłem 4 skibki, dżem 50 g, szynka drobiowa 2 plastry, ser żółty 2 plastry, warzywa sezonowe 1 szt., herbata z cytryną 200 ml</p> <p>ŚN. II Pieczywo mieszane 2 skibki , żółty ser 2 plastry, napój 200ml</p> <p>Alergeny: 1, 2, 3, 6, 10</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 330 ml, pulpety wieprzowe 90 g, sos koperkowy 100 ml, ryż 150 g, ogórek kiszony 100 g, napój 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 2, 3, 6, 10</p>	<p>Drożdżówka z serem 1 szt., owoce sezonowe 1 szt.</p> <p>Alergeny: 1, 3, 6, 7</p>	<p>Kawa inka na mleku 200 ml, pieczywo\mieszane z masłem 2 szt., pasztet wędzony 50 g, śledziki 100 g, ogórek kiszony 1 szt., warzywa sezonowe 1 szt., napój 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 6, 4, 7, 8</p>
Środa	<p>ŚN. I Jajecznicza z 2 jaj, pieczywo mieszane z masłem 4 skibki, szynka wieprzowa 2 plastry, serek wiejski 50 g, warzywa sezonowe 1 szt., kakao 200ml</p> <p>ŚN. II Bagietka z masłem 1 szt., powidła 50 g, napój 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 2, 3, 7, 9</p>	<p>Barszcz ukraiński 330 ml, udka z kurczaka pieczone 120 g, ziemniaki gotowane 150 g, surówka z kapusty białej 100 g, napój 200ml</p> <p>Alergeny: 1, 2, 3, 9, 10</p>	<p>Galaretka z owocami 150 g</p> <p>Alergeny: 1,8</p>	<p>Kakao 200 ml, pieczywo\mieszane z masłem 2 skibki, szynka drobiowa 2 plastry, parówki 1 szt., keczup 10 g, musztarda 10 g, warzywa sezonowe 1 szt., napój 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 2, 5, 8</p>
Czwartek	<p>ŚN. I Płatki śniadaniowe z mlekiem 300 ml, pieczywo\mieszane z masłem 4 skibki, kiełbasa obsuszana 50 g , jaja</p>	<p>Zupa krem z brokuł 330 ml , spaghetti po bolonsku 270 g, napój 200 ml</p> <p>Alergeny: 7, 10</p>	<p>Budyń z sokiem owocowym 150 g</p> <p>Alergeny: 7, 10</p>	<p>Mleko 200 ml , pieczywo\mieszane z masłem 2 skibki, szynka wieprzowa 2 plastry, ser kanapkowy 50 g, ryba</p>

A

PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS DEKADOWY
[ilości/gramatury na 1 os.]

	gotowane 1 szt., serek homogenizowany 50 g, warzywa sezonowe 1 szt., herbata z cytryną 200ml ŚN. II Chleb z nasionami z masłem 2 skibki, ser topiony 2 plastry, napój 200ml Alergeny: 1, 2, 3, 7, 10	Alergeny: 1, 2, 8, 9, 10	wędzona 50 g, warzywa sezonowe 1 szt., napój 200ml Alergeny: 1, 4, 6, 7
Piątek	ŚN. I Kaszka owocowa na mleku 250 ml, bułki 2 szt., pieczywo\mieszane z masłem 2 skibki, dżem 50 g, ser żółty 2 plastry, warzywa sezonowe 1 szt., herbata z cytryną 200 ml ŚN. II Bułka z ziarnami z masłem 1 szt., powidła 50 g, napój 200 ml Alergeny: 1, 2, 3, 9	Zupa ogórkowa 330 ml, paluszki rybne 100 g, ziemniaki gotowane 150 g, surówka z kapusty kiszzonej 100 g, napój 200 ml Alergeny: 1, 3, 4, 9	Kawa inka na mleku 200 ml, naleśniki z serem 2 szt., napój 200 ml Alergeny: 1, 3, 6, 7, 8, 10
Sobota	ŚN. I Płatki czekoladowe na mleku 300 ml, pieczywo\mieszane z masłem 4 skibki, szynka drobiowa 2 plastry, serek kanapkowy 50 g, warzywa sezonowe 1 szt., dżem 50 g, herbata z cytryną 200 ml ŚN. II Chleb tostowy 2 skibki, ser żółty 2 plastry, warzywa sezonowe 1 szt., herbata ziołowa 200 ml Alergeny: 1, 3, 5, 6, 7	Zupa krupnik 330 ml, makaron 150 g, zielona pietruszka, pieczeń wieprzowa 90 g, pyzy 2 szt., buraczki 100 g, napój 200 ml Alergeny: 3, 6, 7, 8, 9	Pieczywo\mieszane z masłem 2 skibki, kielbasa salami 2 plastry, serek topiony 50 g, jaja sadzone 1 szt., warzywa sezonowe 1 szt., napój 200 ml Alergeny: 1, 3, 5, 7
Niedziela	ŚN. I Jajecznica z boczkiem 2 jaja i 20 g boczku, pieczywo\mieszane z masłem 4 skibki, szynka wieprzowa	Szatka owocowa 200 g Alergeny: brak	Kakao 200 ml, pieczywo\mieszane z masłem 2 skibki, kielbasa żywiecka 2 plastry, kielbaski delikatosowe na ciepło

9

PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS DEKADOWY
[ilości/gramatury na 1 os.]

	<p>2 plastry, ser żółty 2 plastry, dżem 50 g, warzywa sezonowe 1 szt., herbata z cytryną 200 ml, kakao 200 ml</p> <p>ŚN. II Jogurt 150 ml, owoce sezonowe 1 szt., herbata owocowa 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 3, 6, 7, 8</p>	<p>Alergeny: 1, 3, 6, 7, 9</p>		<p>2 szt., ser żółty 2 plastry, pomidor 2 plastry, warzywa sezonowe 1 szt., napój 200ml</p> <p>Alergeny: 1, 8, 10, 11</p>
<p>Poniedziałek</p>	<p>ŚN. I Płatki śniadaniowe z mlekiem 300 ml, pieczywo\mieszane z masłem 4 skibki, pasztet 50 g, serek kanapkowy 50 g, warzywa sezonowe 1 szt., dżem 50 g, herbata z miodem 200 ml</p> <p>ŚN. II Chleb z ziarnami z masłem 2 skibki, szynka drobiowa 2 plastry, herbata z miodem 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 3, 5, 7, 10</p>	<p>Barszcz ukraiński 330 ml, gulasz wieprzowy 150 g, kasza jęczmienna 150 g, ogórek kiszony 100 g, napój 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 2, 5, 9, 10</p>	<p>Jogurt z musli i owocami 180 g</p> <p>Alergeny: 7, 8, 10</p>	<p>Pieczywo tostowe 4 skibki, ser żółty 2 plastry, salami 2 plastry, ketchup 10 g, majonez 10 g, warzywa sezonowe 1 szt., napój 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 3, 6, 11</p>
<p>Wtorek</p>	<p>ŚN. I Płatki owsiane na mleku 300 ml, pieczywo\mieszane z masłem 4 skibki, dżem 50 g, szynka drobiowa 2 plastry, serek kanapkowy 50 g, warzywa sezonowe 1 szt., jaja gotowane 2 szt., herbata z cytryną 200 ml</p> <p>ŚN. II Chałka z masłem 1 szt., powidła 50 g, herbata owocowa 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 3, 6, 7, 10</p>	<p>Barszcz z makaronem 330 ml, pieczeń wieprzowa pieczona 90 g, sos pieczeniowy 70 ml, pyzy drożdżowe 2 szt., buraczki 100 g, napój 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 3, 5, 7, 9</p>	<p>Galaretka owocowa 150 g</p> <p>Alergeny: 5, 6</p>	<p>Kakao 200 ml, pieczywo\mieszane z masłem 2 skibki, kielbasa biała 1 szt., musztarda 10 g, ser topiony 50 g, warzywa sezonowe 1 szt., napój 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 5, 6, 7, 10</p>

01

PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS DEKADOWY
[ilości/gramatury na 1 os.]

Środa	<p>ŚN. I Lane kluski na mleku 300 ml, pieczywo\mieszane z masłem 4 skibki, szynka drobiowa 2 plastry, serek wiejski 50 g, warzywa sezonowe 1 szt., herbata z cytryną 200 ml</p> <p>ŚN. II Bagietka z masłem 1 szt., miód 25 g, powidła 50 g, herbata miętowa 200 ml</p> <p align="center">Alergeny: 1, 7, 8</p>	<p>Zupa ziemniaczana 330 ml, gołąbki w sosie pomidorowym 150 g ziemniaki 150 g, napój 200 ml</p> <p align="center">Alergeny: 7, 9, 10</p>	<p>Ryż na mleku 150 g, jabłka 70 g prażone, cynamon 5 g</p> <p align="center">Alergeny: 5, 6, 7</p>	<p>Pieczyno\mieszane z masłem 2 skibki, safatka makaronowa 100 g, pasta jajeczna 50 g, warzywa sezonowe 1 szt., napój 200 ml</p> <p align="center">Alergeny: 1, 3, 7, 10</p>
-------	--	--	---	--

Q



PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS ŚWIĄTECZNY
[ilości/gramatury na 1 os.]

	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
Niedziela Wielkanocna	Pieczycwo mieszane z masłem 4 skibki Szynka, polędwica sopocka 2 plastry Sałatka jarzynowa 100 g Jaja 2 szt., majonez 10 g Kielbasy na ciepło 1 szt. Warzywa sezonowe 1 szt. napój 200 ml Alergeny: 1, 7, 9, 10	Żurek z białą kielbasą 300 ml Zrazy wieprzowe zawijane 160 g Kapusta czerwona gotowana 100 g Ziemniaki 150 g, sos pieczeniowy 100 ml, napój 200 ml Alergeny: 3, 7, 6, 9, 10	Sernik wiedeński 120 g Babka cytrynowa 120 g Alergeny: 1, 3, 5, 7	Pieczycwo mieszane z masłem 2 skibki Sałatka makaronowa z szynką 100 g Wędliny 2 plastry Warzywa sezonowe 1 szt. napój 200 ml Alergeny: 1, 3, 5, 7
Poniedziałek Wielkanocny	Pieczycwo mieszane z masłem 4 skibki Jaja faszerowane 2 szt. Szynka gotowana 2 plastry. Majonez 10 g, musztarda 10 g, ketchup 10 g Kielbaski śląskie, delikatesowe 2 szt. Alergeny: 1, 3, 10	Sznyceł z piersi indyka 100 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g Ziemniaki (puree) 150 g Alergeny: 3, 7	Babka drożdżowa 120 g Owoce cytrusowe 2 szt. Alergeny: 1, 3, 7	Pieczycwo mieszane z masłem 2 skibki Kielbasa biała 1 szt., musztarda 10 g, chrzan 10 g, majonez 10 g Szynka drobiowa 2 plastry Sałatka z pomidora i mozzarelli 100 g Alergeny: 1, 7, 9
Wigilia	Pieczycwo mieszane z masłem 4 skibki Płatki śniadaniowe z mlekiem 300 ml Dżem 50 g Serek kanapkowy 50 g Alergeny: 1, 3, 7	Barszcz czerwony z uszkami 300 ml Ryba smażona 140 g Kapusta gotowana 100 g Ziemniaki 150 g Pierogi z kapustą i grzybami 150 g Sałatka jarzynowa 100 g Kompot 200 ml Alergeny: 1, 3, 7, 9	Makowiec 120 g Sernik 120 g Mandarynki, pomarańcze 2 szt. Alergeny: 1, 3, 6, 7	Pieczycwo mieszane z masłem 4 skibki powidła 50 g, biały ser 50 g Kakao 200 ml Alergeny: 1, 7, 8
I Dzień Świąt	Pieczycwo mieszane z masłem 4 skibki Szynka wieprzowa 2 plastry Serek wiejski 50 g Lane kluski na mleku 200 ml Warzywa sezonowe 1 szt. Napój 200 ml Alergeny: 1, 3, 7	Rosół z makaronem 300 ml Pieczeń wieprzowa duszona w rękawie 100 g, sos 70 ml, pyzy drożdżowe 2 szt., buraczki 100 g Kompot 200 ml Alergeny: 1, 3, 7, 9	Piernik przekładany powidłami 120 g Owoce cytrusowe 2 szt. Alergeny: 1, 3, 6, 7	Pieczycwo mieszane z masłem 2 skibki Szynka drobiowa 2 plastry Kaszka manna z owocami 150 g Alergeny: 1, 7, 6, 9

01

PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS ŚWIĄTECZNY
[ilości/gramatury na 1 os.]

II Dzień Świąt	<p>Pieczony mieszane z masłem 4 skibki Sałatka jarzynowa 100 g Szynka pieczona 2 plastry Ser żółty 2 plastry Warzywa sezonowe 1 szt. Napój 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 3, 5, 7, 6, 10</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Kotlet z piersi kurczaka 100 g Ziemniaki gotowane 150 g Marchew gotowana 100 g Kompot 200 ml</p> <p>Alergeny: 3, 7, 9</p>	<p>Galaretki z owocami 150 g Jabłecznik 120 g</p> <p>Alergeny: 5, 8, 10</p>	<p>Pieczony mieszane z masłem 2 skibki Jajecznicę z 2 jaj Warzywa sezonowe 1 szt.</p> <p>Alergeny: 1, 3, 7</p>
Sylwester	<p>Pieczony mieszane z masłem 4 skibki Szynka wieprzowa 4 plastry Warzywa sezonowe 1 szt. Płatki kukurydziane z mlekiem 300 ml Napój 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 7, 6, 10</p>	<p>Zupa jarzynowa 300 ml Kotlet schabowy 100 g Frytki z ziemniaków 150 g Surówka z kapusty białej 100 g Kompot 200 ml</p> <p>Alergeny: 7, 9, 10</p>	<p>Owoce sezonowe 2 szt. Herbatniki 4 szt.</p> <p>Alergeny: 1, 3, 5</p>	<p>Pieczony mieszane z masłem 2 skibki Bigos 150 g Sałatka gyros 100 g Kielbasa delikatesowa 1 szt. Parówki wieprzowe 1 szt. Napój 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 3, 5, 10</p>
Nowy Rok	<p>Pieczony mieszane z masłem 4 skibki Szynka wieprzowa 2 plastry Parówki drobiowe 2 szt. Warzywa sezonowe 1 szt. Napój 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 3, 5, 7</p>	<p>Zupa krem z warzyw 300 ml Gulasz wieprzowy z kaszą jęczmienną 250 g Ogórek kiszony 100 g</p> <p>Alergeny: 1, 7, 9</p>	<p>Ryż na mleku 150 g Jabłka prażone z cynamonem 50 g</p> <p>Alergeny: 6, 7, 10</p>	<p>Pieczony mieszane z masłem 2 skibki Sałatka jarzynowa 100 g Polędwica sopočka 2 plastry Ser żółty 2 plastry Warzywa sezonowe 1 szt. Napój 200 ml</p> <p>Alergeny: 1, 3, 5, 7</p>

a