



JADŁOSPIS JESIENNY



PLACÓWKA: DEMBOWSKIEGO – SP 66		Klasy „O”	DATA: 9-13.09.2019
DZIEŃ	Śniadanie	Obiad	
Poniedziałek 9.09	Sucharki na mleku (pszenica, jaja) z musem daktylowym 200ml Pieczywo wieloziarniste 30g (pszenica, żyto, sezam), masło (mleko) 4g, szynka drobiowa 20g, pomidor 15g Herbata z lipy 200ml	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami (seler, pszenica) 350ml Klops z szynki w sosie paprykowym (pszenica, jajka) 80/60g, kasza jęczmienna (jęczmień) 150g, fasolka szparagowa z sezamem 40g, sałata lodowa z sosem koperkowo – czosnkowym (mleko) 40g Woda z cytryną i miętą 200ml <i>DESER – Budyń czekoladowy (mleko) 200ml</i>	
Wtorek 10.09	Chleb żytni 60g (żyto, pszenica), masło 8g (mleko), serek fromage własnej produkcji z ziołami (mleko) 30g, rzodkiewka 20g, Kawa zbożowa (jęczmień) 200ml	Rosół z makaronem (seler, pszenica) 350ml Kociółek warzywny z ciecierzycą i świeżymi pomidorami lima (seler, pszenica) 150g, ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z ogórka kiszzonego i brokułów ze słonecznikiem i winegret (gorczyca) 40g, surówka coleslaw (mleko, jaja) 40g, Kompot malinowy 200ml <i>DESER – Gruszka 1 szt.</i>	
Środa 11.09	Bułka wrocławska 60g (pszenica), masło 8g (mleko), jajko na twardo 30g, dip jogurtowo-koperkowy (mleko) 10g, ogórek zielony 10g Kakao (mleko) 200ml	Krem z białych warzyw z pieczonymi ziemniakami i szczypiorkiem (seler, pszenica, mleko) 350ml Filet rybny w sosie orientalnym (pszenica, gorczyca) 80/60g, ryż z grillowaną dynią 150g sałatka z tartych buraczków z natką pietruszki 40g, surówka z kapusty pekińskiej z rzodkiewką 40g Kompot śliwkowy 200ml <i>DESER – shake bananowo – kokosowy na mleku 200ml</i>	
Czwartek 12.09	SZWEDZKI STÓŁ Pieczywo mieszane (pszenica, żyto) 60g, masło 8g (mleko), mozzarella (mleko) 30g, rukola, pomidor 15g Mleko 200ml	Zupa krupnik z dodatkiem kaszy bulgur i lubczykiem (seler, pszenica) 350ml Burger z indyka po prowansalsku z cukinią (pszenica, jaja) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z białej kapusty z jogurtem greckim (mleko) 40g, surówka z marchewki z pestkami dyni 40g Kompot truskawkowy 200ml <i>DESER – Jabłko 1 szt.</i>	
Piątek 13.09	Mix płatków - orkiszowe, jaglane na mleku 200ml Pieczywo razowe 30g (pszenica, żyto), masło (mleko) 4g, ser żółty (mleko) 20g, papryka 15g Herbata roibos 200ml	Zupa szczawiowa z jajkiem i ziemniakami (pszenica, mleko, seler, jajko) 350ml Pampuchy z polewą jogurtowo – porzeczkową (pszenica, jaja, mleko) 3 szt./80ml, surówka z selera z rodzynkami 40g, mix sałat z gruszką i orzechami 40g Woda z cytryną i miętą 200ml <i>DESER – muffinki marchewkowo – dyniowe (pszenica, mleko, jaja) 1 szt.</i>	

Pogrubioną czcionką oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011.

W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy.

Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów.

Opracowano przez:

mgr inż. Olga Będzińska- dietetyk
mgr inż. Milena Janus- dietetyk