|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Posiłek  **PONIEDZIAŁEK**  **10.02.2020** | Jadłospis | Raport magazynowy |  |
| Śniadanie | Chleb z serem żółtym i ogórkiem kiszonym  Parówki z keczupem  Herbata owocowa  **Alergeny: gluten, laktoza**  **Dieta bezbiałkowa:**  Szynka drobiowa  **Dieta bezglutenowa:**  Chleb kukurydziany | Pieczywo pszenno-żytnie  ( 80% mąki pszennej, 20 % mąki żytniej)  Parówki wieprzowe  Masło 82%  Keczup  Ser żółty  Ogórek kiszony  Herbata owocowa | 70g  30g  5g  5g  20g  15g  200ml |
| Obiad | Żurek z ziemniakami – 250g  **Alergeny: laktoza**  **Dieta bezbiałkowa:**  Bez śmietany | Wywar z wieprzowiny  Zakwas żytni  Śmietana 30%  Ziemniaki  Liść laurowy  Sól  Pieprz | 160ml  15g  2g  70g  1g  1g  1g |
| Pierogi ruskie z masełkiem - 200g  **Alergeny: gluten, jajo, laktoza**  **Dieta bezjajeczna, bezglutenowa:**  Kluski śląskie  **Dieta bezbiałkowa:**  Pierogi z truskawkami  Kompot wieloowocowy – 200ml | Pierogi ruskie  Masło 82%  Truskawki  Śliwki  Jabłka  Cukier trzcinowy  Woda | 195g  5g  15g  15g  20g  1g  150ml |
| Podwieczorek | Chałka z dżemem truskawkowym  Jabłko  **Alergeny: laktoza, gluten**  **Dieta bezglutenowa:**  Bułka bezglutenowa | Dżem truskawkowy  Masło 82 %  Chałka  Jabłko | 20g  5g  60g  45g |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Posiłek  **WTOREK**  **11.02.2020** | Jadłospis | Raport magazynowy |  |
| Śniadanie | Płatki kukurydziane z mlekiem.  Chleb razowyz pastą z tuńczykiem, pomidor  Herbata owocowa  **Alergeny: gluten, jajo, laktoza**  **Dieta bezjajeczna:**  Hummus warzywny  **Dieta bezglutenowa:**  Chleb kukurydziany | Chleb razowy  Masło 82%  Tuńczyk  Jajo  Majonez  Pomidor  Mleko 2%  Płatki kukurydziane  Herbata owocowa | 60g  5g  10g  10g  2g  15g  150ml  5g  200ml |
| Obiad | Rosół z lanym ciastem - 250g  **Alergen: seler, jajo, gluten**  **Dieta bezjajeczna i bezglutenowa:**  Rosół z ryżem białym | Wywar z piersi z kurczaka, kaczki i indyka  Marchew  Pietruszka (korzeń)  Seler  Pietruszka zielona  Mąka pszenna  Jajko  Sól  Pieprz | 150ml  30g  15g  10g  2g  20g  10g  1g  1g |
| Kotlecik drobiowy z ziemniakami i surówką - 200g  **Alergeny: gluten, jajo**  **Dieta bezglutenowa:**  Kurczak gotowany  **Dieta bezjajeczna:**  Filet z kurczaka (gotowany)  Kompot wieloowocowy – 200ml | Ziemniaki  Filet z piersi kurczaka (smażony na oleju rzepakowym)  Bułka tarta  Koperek  Cebula  Natka pietruszki  Marchewka  Jabłko  Śliwki  Maliny  Truskawki  Woda  Cukier trzcinowy | 100g  45g  5g  1g  5g  1g  25g  25g  20g  15g  15g  150ml  1g |
| Podwieczorek | Galaretka owocowa  Herbatniki  **Alergeny: jaja, gluten**  **Dieta bezjajeczna i bezglutenowa**:  Herbatniki bezglutenowe | Herbatniki  Truskawki  Banan  Galaretka | 20g  15g  25g  100g |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Posiłek  **ŚRODA**  **12.02.2020** | Jadłospis | Raport magazynowy |  |
| Śniadanie | Chleb z masełkiem i wędlinką.  Twarożek ze szczypiorkiem, ogórkiem zielonym.  Kakao  **Alergeny: gluten, laktoza**  **Dieta bezbiałkowa:**  Pasztet drobiowy  Herbata owocowa  **Dieta bezglutenowa:**  Chleb kukurydziany | Pieczywo pszenno-żytnie  ( 80% mąki pszennej, 20 % mąki żytniej)  Polędwica wieprzowa  Masło 82%  Ser biały półtłusty  Szczypiorek  Ogórek zielony  Mleko 2%  Kakao | 70g  20g  5g  20g  2g  5g  190ml  10g |
| Obiad | Zupa z soczewicy – 250g  **Alergen: seler** | Wywar z piersi z kurczaka, kaczki  Marchew  Pietruszka (korzeń)  Pieprz  Sól  Soczewica  Ziemniaki | 150ml  15g  5g  1g  1g  50g  40g |
| Kluski z mięsem - 200g    **Alergen: laktoza**  Kompot śliwkowo – truskawkowy – 200ml | Kluski ślaskie z mięsem (wieprzowym)  Masło 82%  Truskawki  Śliwki  Woda  Cukier trzcinowy | 200g  5g  20  30g  150ml  1g |
| Podwieczorek | Rogal maślany z dżemem z owoców leśnych  Wafel ryżowy  **Alergeny: gluten, laktoza**  **Dieta bezglutenowa:**  Bułka bezglutenowa | Rogal maślany  Dżem z owoców leśnych  Masło 82%  Wafel ryżowy | 50g  20g  5g  20g |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Posiłek  **CZWARTEK**  **13.02.2020** | Jadłospis | Raport magazynowy |  |
| Śniadanie | Kolorowe kanapki:  Chleb, wędlina, ser żółty, sałata zielona, papryka i pomidor.  Herbata owocowa  **Alergeny: gluten, laktoza**  **Dieta bezglutenowa:**  Chleb kukurydziany | Pieczywo pszenno-żytnie (80% mąki pszennej, 20 % mąki żytniej)  Masło 82%  Szynka wieprzowa  Ser żółty  Sałata zielona  Pomidor  Papryka  Herbata owocowa | 70g  5g  20g  20g  5g  15g  10g  200ml |
| Obiad | Zupa kalafiorowa z makaronem i koperkiem – 250g  **Alergeny: seler, gluten, jajo**  **Dieta bezjajeczna:**  Makaron bezjajeczny | Wywar z piersi z kurczaka  Marchew  Pietruszka (korzeń)  Pieprz  Sól  Kalafior  Brokuły  Makaron (2-jajeczny) | 150ml  15g  5g  1g  1g  30g  10g  50g |
| Kotlet mielony z ziemniaczkami i buraczkami - 200g    **Alergeny: gluten, jajo**  **Dieta bezjajeczna:**  Kotlet mielony (bez jajka) z kasza jaglaną  **Dieta bezglutenowa:**  Bułka tarta BG  Kompot śliwkowo – truskawkowy – 200ml | Ziemniaki  Szynka wieprzowa (smażona na oleju rzepakowym)  Bułka tarta  Jajo  Koperek  Cebula  Natka pietruszki  Buraki  Truskawki  Śliwki  Woda  Cukier trzcinowy | 100g  45g  5g  2g  1g  5g  1g  50g  20  30g  150ml  1g |
| Podwieczorek | Chleb z pasztetem *(wyrób własny)*  Banan  **Alergeny: gluten, laktoza**  **Dieta bezglutenowa:**  Chleb kukurydziany | Pieczywo pszenno-żytnie  ( 80% mąki pszennej, 20 % mąki żytniej)  Masło 82%  Pasztet drobiowo-wieprzowy  Banan | 70g  5g  20g  55g |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Posiłek  **PIĄTEK**  **14.02.2020** | Jadłospis | Raport magazynowy |  |
| Śniadanie | Ryż na mleku z miodem.  Chleb z pastą szynkową i ogórkiem zielonym  Herbata miętowa  **Alergeny: gluten, laktoza**  **Dieta bezjajeczna:**  Pasta bez jajka  **Dieta bezglutenowa:**  Chleb kukurydziany | Pieczywo pszenno-żytnie  ( 80% mąki pszennej, 20 % mąki żytniej)  Ryż biały  Mleko 2%  Masło 82%  Szynka wędzona drobiowa  Musztarda  Jajko  Pieprz  Ogórek zielony  Herbata miętowa | 70g  15g  150ml  5g  15g  2g  10g  0,5g  10g  200ml |
| Obiad | Barszcz czerwony z ziemniakami - 250g  **Alergeny: seler, laktoza**  **Dieta bezbiałkowa:**  Barszcz bez śmietany | Wywar z kurczaka  Buraki  Marchew  Koperek  Pietruszka  Seler  Ziemniaki  Śmietana 30%  Sok z cytryny | 150ml  30g  10g  5g  10g  10g  40g  2g  1g |
| Makaron z sosem serowo-brokułowym - 200g    **Alergeny: gluten, laktoza**  **Dieta bezbiałkowa:**  Makaron z sosem pomidorowym  Kompot jabłkowo – truskawkowy - 200ml | Makaron (z pszenicy durum)  Brokuły  Śmietana 30%  Ser żółty  Jabłka  Truskawki  Woda  Cukier trzcinowy | 160g  30g  10ml  10g  30g  20g  150ml  1g |
| Podwieczorek | Baton z nutellą (wyrób własny).  Jabłko  **Alergen: gluten**  **Dieta bezglutenowa:**  Chleb kukurydziany | Baton pszenny  Avocado  Banan  Kakao naturalne  Jabłko | 50g  5g  15g  10g  45g |