Jadłospis nr 5 dekadowy dla grupy “0”			
30.10.2023 – 10.11.2023			
30.10.2023 PONIEDZIAŁEK I śniadanie: Płatki kukurydziane na mleku (3) Pieczywo mieszane z masłem (2,3) Polędwica drobiowa Papryka, rzodkiewka Herbata z cytryną II śniadanie: jabłko Zupa: krupnik z kaszy jęczmiennej posypany natką pietruszki (1,2) ll Danie: łazanki z kapustą i mięsem (2,4) Kompot: z czarnej porzeczki Podwieczorek: budyń (3) *Kalorie: 1240 kcal*	 250 ml kromka plaster plaster 150 ml 1 szt. 300 ml 200 g 200 ml 150 ml	06.11.2023 PONIEDZIALEK I śniadanie: Płatki owsiane na mleku (3) Pieczywo mieszane z masłem (2,3) Szynka, papryka, ogórek Herbata owocowa II śniadanie: gruszka Zupa: żurek z kiełbasą (1) ll Danie: spaghetti z sosem neapolitańskim posypane żółtym serem (2,3,4) Kompot: z czerwonej porzeczki Podwieczorek: budyń (2) *Kalorie: 1260 kcal*	 250 ml kromka plaster 150 ml 1 szt. 300 ml 200 g 150 ml 150 ml
31.10.2023 WTOREK I śniadanie: kakao ma mleku (3) Pieczywo mieszane z masłem (2,3) Szynka wieprzowa Pomidor Herbata owocowa II śniadanie: marchewka Zupa: szpinakowa z ryżem zabielana śmietaną (1,3) ll Danie: kotlet pożarski z kukurydzą (2,4) ziemniaki Surówka: z białej kapusty, marchwi i jabłka Kompot: z wiśni (7) Podwieczorek: biszkopty (2) *Kalorie: 1290 kcal*	 150 ml kromka plaster plaster 150 ml 1 szt. 300 ml 100 g 100 g 100 g 150 ml 50 g	07.11.2023 WTOREK I śniadanie: kakao na mleku (3) Pieczywo mieszane z masłem (2,3) Polędwica drobiowa, ser żółty (3) Rzodkiewka Herbata owocowa II śniadanie: jabłko Zupa: kapuśniak z białej kapusty (1) ll Danie: pierogi z mięsem okraszone boczkiem i cebulką (2) Owoc Kompot: z wiśni Podwieczorek: kisiel (2) *Kalorie: 1320 kcal*	 150 ml kromka plaster szt. 150 ml 1 szt. 300 ml 200 g 1 szt. 150 ml 150 ml
1 listopada Wszystkich Świętych		08.11.2023 ŚRODA I śniadanie: płatki kukurydziane na mleku (3) Pieczywo mieszane z masłem (2,3) Kiełbasa krakowska, pomidor Herbata miętowa z cytryną II śniadanie: jabłko Zupa: ogórkowa zabielana, śmietaną posypana natką pietruszki (1,3) ll Danie: pieczony udzik z kurczaka ziemniaki Surówka: fasolka szparagowa z marchewką gotowana Kompot: ze śliwek Podwieczorek: koktajl owocowy (3) *Kalorie: 1290 kcal*	 250 g kromka plaster 150 ml 1 szt. 300 ml 1 szt. 100 g 100 g 150 ml 150 ml
02.11.2023 CZWARTEK I śniadanie: kawa Inka na mleku (3) Pieczywo mieszane z masłem (2,3) Polędwica drobiowa, pomidor, rzodkiewka Herbata z cytryną II śniadanie: owoc Zupa: rosół z makaronem posypany natką pietruszki (1,2) II Danie: kotlet z piersi kurczaka panierowany (2,4)	 150 ml kromka plaster 150 ml 1 szt. 300 ml	09.11.2023 CZWARTEK I śniadanie: kawa Inka na mleku (3) Pieczywo mieszane z masłem (2,3) Pieczona pierś z kurczaka Papryka, ogórek Herbata z cytryną II śniadanie: gruszka Zupa: jarzynowa (1) II Danie: klopsiki w sosie pomidorowym	 150 g kromka plaster plaster 150 ml 1 szt. 300 ml

Ziemniaki Surówka: z marchwi i jabłka Kompot: wieloowocowy Podwieczorek: koktail mleczno-owocowy (3) *Kalorie: 1310 kcal*	100 g 100 g 100 g 150 ml 150 ml	(2,3) Ryż Surówka: z selera (1) Owoc Kompot: z wiśni Podwieczorek: banan *Kalorie: 1220 kcal*	100 g 100 g 100 g 1 szt. 150 ml 1 szt.
03.11.2023 PIĄTEK I śniadanie: płatki kukurydziane na mleku (3) Pieczywo mieszane z masłem (2,3) Ser żółty, papryka, ogórek (3) Dżem Herbata owocowa II śniadanie: owoc Zupa: pomidorowa z ryżem zabielana śmietaną (1,3) II Danie: paluszki rybne (2,4,5) Ziemniaki Surówka: z kiszonej kapusty Herbata: miętowa z cytryną Podwieczorek: kisiel (2) *Kalorie:1240 kcal*	 150 ml kromka plaster 25 g 150 ml 1 szt. 300 ml 100 g 100 g 100 g 150 ml 150 ml	10.11.2023 PIĄTEK I śniadanie: Kasza manna na mleku (3) Pieczywo mieszane z masłem (2,3) ser biały (3) Dżem Herbata z cytryną II śniadanie: owoc Zupa: barszcz czerwony zabielany śmietaną (1,3) II Danie: filet z miruny (2,4,5) Ziemniaki Surówka: z kiszonej kapusty Herbata: miętowa z cytryną Podwieczorek: pałki kukurydziane *Kalorie: 1290 kcal*	 250 ml kromka 50 g 25 g 150 ml 1 szt. 300 ml 100 g 100 g 100 g 150 ml 50 g

Produkty powodujące alergie: 1-seler, 2-gluten, 3-produkty pochodne mleka, 4-jajka, 5-ryba, 6-gorczyca, 7-truskawki, 8-miód

Uwaga: Jadłospis może ulec zmianie