

## Jadłospis – dieta podstawowa 10.02-14.02.25

### EMS 4- 8

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
II Śniadanie	Domowe musli na mleku  + owoc sezonowy	Chleb razowy słonecznikowy + masło + ser żółty + wędlina + pomidor / mix sałat  + owoc sezonowy	Granola czekoladowa na mleku  + owoc sezonowy	Chleb razowy + masło + wędlina + ser żółty + biała kiełbaska wieprzowa + ketchup + czerwona papryka / rukola  + owoc sezonowy	Bułka pszenna (0,5 szt.) + masło + ser żółty + wędlina + jajko gotowane + ogórek kiszony / sałata lodowa  + owoc sezonowy
Alergeny	1,7	1,7	1,3,7	1,3,7	1,3,7
Obiad	Brokułowa z kaszą jaglaną  Drobiowy sos pomidorowy podany z ryżem	Delikatna grochówka z ziemniakami  Wegetariański Butter chicken z tofu podany z chlebkiem pita	Żurek Śląski z ziemniakami  Zraz wieprzowy w kremowym sosie pieczarkowym + kluski śląskie + zasmażana biała kapusta z koperkiem	Ogórkowa z ryżem i świeżym koperkiem  Pancakes z sosem malinowym na jogurcie greckim	Pomidorowa z makaronem  Domowy burger z pieczonym serem i warzywami + domowe frytki
Alergeny	1,7,9	1,7,9	1,7,9	1,7,9	1,3,4,7,9
Podwieczorek	Kolorowe kanapki Chleb razowy słonecznikowy, masło, ser żółty, wędlina, warzywa	Rogalik (0,5 szt.) + masło + twarożek żurawinowy	Kolorowe kanapki Bułka grahamka, masło, ser żółty, wędlina, warzywa	Pieczony ryż z jabłkiem i cynamonem	Ciasto szpinakowe leśny mech z kremem i owocami (1 kawałek)
Alergeny	1,7	1,3,7	1,7	7	1,3,7

Jadłospis może ulec drobnym zmianom w zależności od dostępności produktów.

### Jadłospis – dieta bezmleczna EMS 4-8

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
II Śniadanie	Domowe musli na napoju roślinnym  + owoc sezonowy	Chleb razowy słonecznikowy + masło roślinne + wędlina + pomidor / mix sałat  + owoc sezonowy	Granola czekoladowa na napoju roślinnym  + owoc sezonowy	Chleb razowy + masło roślinne + wędlina + biała kiełbaska wieprzowa (1 szt.) + ketchup + czerwona papryka / rukola  + owoc sezonowy	Bułka pszenna (0,5 szt.) + masło roślinne + wędlina + jajko gotowane + ogórek kiszony / sałata lodowa  + owoc sezonowy
Alergeny	1	1	1	1	1,3
Obiad	Brokułowa z kaszą jaglaną  Drobiowy sos pomidorowy podany z ryżem	Delikatna grochówka z ziemniakami  Wegetariański Butter chicken z tofu podany z chlebkiem pita	Żurek Śląski z ziemniakami  Zraz wieprzowy w sosie pieczarkowym + kluski śląskie + zasmażana biała kapusta z koperkiem	Ogórkowa z ryżem i świeżym koperkiem  Pancakes z sosem malinowym na jogurcie kokosowym	Pomidorowa z makaronem  Domowy burger z pieczonym tofu i warzywami + domowe frytki
Alergeny	1,9	1,9	1,9	1,9	1,3,4,9
Podwieczorek	Kolorowe kanapki Chleb razowy słonecznikowy, masło roślinne, wędlina, warzywa	Rogalik pszenny (0,5 szt.) + masło + twarożek żurawinowy	Kolorowe kanapki Bułka grahamka, masło roślinne, wędlina, warzywa	Pieczony ryż z jabłkiem i cynamonem	Ciasto szpinakowe leśny mech z konfiturą i owocami (1 kawałek)
Alergeny	1	1	1		1,3

Jadłospis może ulec drobnym zmianom w zależności od dostępności produktów.

### Jadłospis – dieta bezglutenowa EMS 4-8

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
II Śniadanie	Domowe musli na mleku  + owoc sezonowy	Chleb bezglutenowy + masło + ser żółty + wędlina + pomidor / mix sałat  + owoc sezonowy	Płatki kukurydziane z miodem na mleku  + owoc sezonowy	Chleb bezglutenowy + masło + wędlina + ser żółty + biała kiełbaska wieprzowa (1 szt.) + ketchup + czerwona papryka / rukola  + owoc sezonowy	Chleb bezglutenowy + masło + ser żółty + wędlina + jajko gotowane + ogórek kiszony / sałata lodowa  + owoc sezonowy
Alergeny	7	7	7	3,7	3,7
Obiad	Brokułowa z kaszą jaglaną  Drobiowy sos pomidorowy podany z ryżem	Delikatna grochówka z ziemniakami  Wegetariański Butter chicken z tofu podany z bezglutenowa tortillą	Żurek Śląski z ziemniakami  Zraz wieprzowy w kremowym sosie pieczarkowym + kluski śląskie + zasmażana biała kapusta z koperkiem	Ogórkowa z ryżem i świeżym koperkiem  Pancakes z sosem malinowym na jogurcie greckim	Pomidorowa z makaronem ryżowym  Domowy burger z pieczonym serem i warzywami + domowe frytki
Alergeny	7,9	7,9	7,9	7,9	3,4,7,9
Podwieczorek	Kolorowe kanapki Chleb bezglutenowy, masło, ser żółty, wędlina, warzywa	Chleb bezglutenowy + masło + twaróg żurawinowy	Kolorowe kanapki Bułka bezglutenowa, masło, ser żółty, wędlina, warzywa	Pieczony ryż z jabłkiem i cynamonem	Ciasto bananowe z kremem i owocami (1 kawałek)
Alergeny	7	7	7	7	7

Jadłospis może ulec drobnym zmianom w zależności od dostępności produktów.

### Jadłospis – dieta wegetariańska EMS 4-8

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
II Śniadanie	Domowe musli na mleku  + owoc sezonowy	Chleb razowy słonecznikowy + masło + ser żółty + pomidor / mix sałat  + owoc sezonowy	Granola czekoladowa na mleku  + owoc sezonowy	Chleb razowy + masło + ser żółty + biała kiełbaska wegetariańska (1 szt.) + ketchup + czerwona papryka / rukola  + owoc sezonowy	Bułka pszenna (0,5 szt.) + masło + ser żółty + wędlina + jajko gotowane + ogórek kiszony / sałata lodowa  + owoc sezonowy
Alergeny	1,7	1,7	1,3,7	1,3,7	1,3,7
Obiad	Brokułowa z kaszą jaglaną  Wegetariański sos pomidorowy podany z ryżem	Delikatna grochówka z ziemniakami  Wegetariański Butter chicken z tofu podany z chlebkiem pita	Żurek Śląski z ziemniakami  Zraz wegetariański w kremowym sosie pieczarkowym + kluski śląskie + zasmażana biała kapusta z koperkiem	Ogórkowa z ryżem i świeżym koperkiem  Pancakes z sosem malinowym na jogurcie greckim	Pomidorowa z makaronem  Domowy burger z pieczonym serem i warzywami + domowe frytki
Alergeny	1,7,9	1,7,9	1,7,9	1,7,9	1,3,7,8,9
Podwieczorek	Kolorowe kanapki Chleb razowy słonecznikowy, masło, ser żółty, warzywa	Rogalik (0,5 szt.) + masło + twarożek żurawinowy	Kolorowe kanapki Bułka grahamka, masło, ser żółty, warzywa	Pieczony ryż z jabłkiem i cynamonem	Ciasto szpinakowe leśny mech z kremem i owocami (1 kawałek)
Alergeny	1,7	1,3,7	1,7	7	1,3,7

Jadłospis może ulec drobnym zmianom w zależności od dostępności produktów.