

Jadłospis miesiąc – październik 2021

| Dzień tygodnia                  | Jadłospis/gramatura  | Alergeny | Dzień tygodnia                  | Jadłospis/gramatura   | Alergeny |
|---------------------------------|--|----------|---------------------------------|---|----------|
| 1 października<br>piątek        | Barszcz ukraiński 300ml<br>Ziemniaki puree 150g<br>Ryba 100g<br>Surówka z kapusty kiszonej 80g | 1,3,7,4  | 18 października<br>poniedziałek | Zupa grochowa 300 ml<br>Makaron z serem 250g<br>Jogurt owocowy                            | 1,3,7    |
| 4 października<br>poniedziałek  | Zupa kapuśniak 300ml<br>Spaghetti z sosem bolońskim 250g<br>Owoc                               | 1,3      | 19 października<br>wtorek       | Zupa pomidorowa z makaronem 300ml<br>Kotlet mielony 100g<br>Ziemniaki 150<br>Buraczki 80g | 1,3,7    |
| 5 października<br>wtorek        | Zupa koperkowa 300ml<br>Łazanki z kapustą i pieczarkami 250g                                   | 1,3,7    | 20 października<br>środa        | Zupa ogórkowa 300ml<br>Pieczeń z indyka 100g<br>Ziemniaki 150 g<br>Marchew z jabłkiem 80g | 1,3,7    |
| 6 października<br>środa         | Zupa jarzynowa 300ml<br>Pierogi leniwe 250g<br>Śmietana  | 1,3,7    | 21 października<br>czwartek     | Barszcz czerwony zabieleny 300ml<br>Gulasz drobiowy 180g<br>Kasza 100g<br>Ogórek kiszony  | 1,7      |
| 7 października<br>czwartek      | Krupnik 300ml<br>Potrawka z kurczaka z kukurydzą i brokułami 150g<br>Ryż 100g                  | 1,7      | 22 października<br>piątek       | Żurek 300ml<br>Ziemniaki 150g<br>Filet rybny 100g<br>Surówka z kapusty kiszonej 80g       | 1,3,4,7  |
| 8 października<br>piątek        | Zupa pomidorowa z makaronem 300ml<br>Jajko sadzone<br>Ziemniaki 150g<br>Mizeria 80g            | 1,3,7    | 25 października<br>poniedziałek | Zupa ogórkowa 300ml<br>Ziemniaki 150g<br>Jajko sadzone 100g<br>Mizeria 80g                | 1,3,7    |
| 11 października<br>poniedziałek | Zupa fasolowa 300ml<br>Racuchy z jabłkiem 250g   | 1,3,7    | 26 października<br>wtorek       | Krupnik 300 ml<br>Bigos z mięsem i kiełbasą   | 1,7      |

Jadłospis miesiąc – październik 2021

|                             |  |       |                             |   |       |
|-----------------------------|--|-------|-----------------------------|---|-------|
|                             | Jogurt   |       |                             | 250g<br>Bułka żytnia  |       |
| 12 października<br>wtorek   | Zupa ogórkowa 300ml<br>Pieczeń rzymska 100g<br>Ziemniaki 150g<br>Marchew z groszkiem 80g | 1,3,7 | 27 października<br>środa    | Krupnik 300ml<br>Kotlet schabowy 100g<br>Ziemniaki 150g<br>Surówka mieszana 80g | 1,3,7 |
| 13 października<br>środa    | Zupa pieczarkowa 300ml<br>Pyzy z mięsem 5 szt.<br>Surówka z kapusty kiszonej<br>80g      | 1,7   | 28 października<br>czwartek | Zupa koperkowa 300ml<br>Gołąbki z ryżem i mięsem<br>250g<br>Sos pomidorowy      | 1,7   |
| 14 października<br>czwartek | Rosół z kaszą 300ml<br>Ziemniaki 150g<br>Udko pieczone 100g<br>Fasolka szparagowa 80g    | 1     | 29 października<br>piątek   | Zupa pieczarkowa 300ml<br>Naleśniki z serem 250g<br>Jogurt owocowy              | 1,3,7 |
| 15 października<br>piątek   | Zupa jarzynowa 300ml<br>Pierogi ruskie<br>Surówka 80g                                    | 1,3,7 |                             |   |       |