

FUDEKO

Jadłospis od 20.11.2023-24.11.2023 r.

PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie	
Herbata z cytryną	200 ml	Kasza manna na mleku	200 g	Herbata z cytryną	200 ml	Kawa zbożowa na mleku/herbata z	200 ml	Herbata z cytryną	200 ml
Bułka kajzerka	50 g	Bułka wrocławska	40 g	Pieczywo mieszane	50 g	Bułka wrocławska	40 g	Pieczywo mieszane	50 g
Masło	10 g	Masło	10 g	Masło	10 g	Masło	10 g	Masło	10 g
Twarożek ze szczypiorkiem	20 g	Dżem owocowy	15 g	Wędlina wieprzowa	15 g	Ser żółty	15 g	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem i jogurtem	20 g
Ogórek	15 g	Herbata z cytryną	200 ml	Salata/pomidor	15 g	Salata/ogórek	15g	Papryka	15 g
Składniki: Bułka kajzerka, masło, twaróg półtłusty, jogurt naturalny, szczypiorek, ogórek herbata, cytryna, cukier		Składniki: Kasza manna, mleko, bułka wrocławska, masło, dżem owocowy, herbata, cytryna, cukier		Składniki: Chleb mieszany, masło, wędlina wieprzowa, pomidor, sałata, herbata, cukier, cytryna		Składniki: Bułka wrocławska, masło, ser żółty, sałata, ogórek, kawa zbożowa, mleko, herbata, cukier, cytryna		Składniki: Chleb mieszany, masło, jaja kurze, majonez, jogurt naturalny, szczypiorek, papryka, herbata, cytryna, cukier	
Alergeny: 1,6,7,8,11		Alergeny: 1,3,5,6,7		Alergeny: 1,6,7,8,11		Alergeny: 1,3,5,6,7		Alergeny: 1,3,6,7,8,11	
Obiad		Obiad		Obiad		Obiad		Obiad	
Grecka zupa z zielonej soczewicy z ziemniakami	200 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami	200 ml	Zupa ogórkowa z ryżem zabieleną	200 ml	Pejzanka z ziemniakami	200 ml	Zupa grochowa z ziemniakami	200 ml
Ryż z prażonym jabłkiem	180 g	Befszyk pieczony	60 g	Udziec z kurczaka pieczony	60 g	Kopytka z masłem	180 g	Morszczuk panierowany smażony	60 g
Sos jogurtowy	40 g	Ziemniaki	100 g	Ziemniaki	100 g	Surówka z kapusty pekińskiej z olejem	50 g	Ziemniaki	100 g
		Buraczki duszone	50 g	Surówka colesław z jogurtem	50 g			Surówka z warzyw mieszanych z olejem	50 g
Składniki: Wywar mięsno-warzywny, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, pomidory, soczewica, mąka, olej rzepakowy, cebula, ryż, jabłko, cukier, jogurt naturalny		Składniki: Wywar warzywno-mięsny, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna, cebula, olej rzepakowy, szynka wp, bułka, mąka, buraki, natka pietruszki		Składniki: Wywar mięsno-warzywny, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, ogórki kiszane, śmietana, mąka, udziec z kurczaka, kapusta, majonez, jogurt naturalny, cebula, koper		Składniki: wywar warzywno-mięsny, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, kapusta, koncentrat pomidorowy, mąka, jaja kurze, masło, kapusta pekińska, ogórek, pomidor, kukurydza, koper, olej rzepakowy		Składniki: Wywar mięsno-warzywny, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, groch, czosnek, morszczuk, jaja kurze, mąka, olej rzepakowy, bułka tarta, kapusta, jabłko, kukurydza, koper	
Alergeny: 1,7,9,10		Alergeny: 1,3,7,9,10		Alergeny: 1,9,10		Alergeny: 1,7,9,10		Alergeny: 1,3,4,7,9,10	
Kompot owocowy 200 ml		Kompot owocowy 200 ml		Kompot owocowy 200 ml		Kompot owocowy 200 ml		Woda z cytryną 200 ml	
Podwieczorek		Podwieczorek		Podwieczorek		Podwieczorek		Podwieczorek	
Banan	1 szt	Naleśnik z serem	1 szt	Galaretką owocowa	200 g	Jogurt owocowy		Drożdżówka z serem	60 g
		Składniki: Mąka, mleko, jaja, cukier, jogurt, twaróg, olej rzepakowy							
Alergeny: brak		Alergeny: 1,3,7		Alergeny: brak		Alergeny: 7		Alergeny: 1,3,5,6,7,8	

1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne, 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, 6. Soja i produkty pochodne, 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczyny, 13. Łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne