

JADŁOSPIS

<p>NIEDZIELA 25.07.2021</p>	<p>OBIAD w niedzielę wydajemy w zależności od decyzji jaką mamy podaną od Dyrektora Sportowego w związku z turnusami .  Zupa pomidorowa z makaronem z świeżą natką pietruszki zabieleną (jaja gluten mleko)  Ziemniaki z koperkiem  Filet z piersi kurczaka w panierce (jaja gluten)  Surówka / sałata lodowa z mixem warzyw  Owoc / deser (gluten mleko)  Naturalna woda smakowa</p>	<p>KOLACJA  NA CIEPŁO :  -herbaty :wielowocowa miętowa zielona z cytryną  -kawa rozpuszczalna z mlekiem (mleko) /sypana z mlekiem (mleko)  - kawa zbożowa (gluten mleko)  -zapiekanka z serem (mleko gluten) z ketchupem (gluten ) i musztardą ( jaja gorczyca)  - płatki kukurydziane (mleko gluten) / czekoladowe (mleko gluten) / miodowe(mleko gluten) / na mleku  -musli z żurawiną / orzechami/ migdałami / i suszoną morelą (dwutlenek siarki)/ na mleku (gluten mleko orzechy )  - pieczywo mieszane (gluten)  -masło (mleko)  -deska serów żółtych (mleko)  - wędlina (gluten)  -ser biały twaróg (mleko)  -masło czekoladowe  -dżem truskawkowy/ malinowy niskosłodzony  -mix sałat / lodowa/ masłowa / rukola / roszunka  -rzodkiewka  -ogórek zielony  -pomidory  -kiełki  -miód prawdziwy  - naturalna owocowa woda smakowa  -owoce/ banan/ jabłko</p>
-----------------------------	---	---

<p>PONIEDZIAŁEK 26.07.20201</p> <p>ŚNIADANIE NA CIEPŁO:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-herbaty : owocowa zielona miętowa z cytryną</li> <li>-kawa zbożowa (mleko gluten)</li> <li>-kawa rozpuszczalna z mlekiem (mleko) / sypana z mlekiem(mleko)</li> <li>-zupy mleczne (mleko gluten)</li> <li>- rogal chałka na słodko (gluten) dżemem truskawkowym / malinowym niskosłodzonym</li> <li>-płatki kukurydziane (gluten mleko) / miodowe(gluten mleko) / czekoladowe na mleku (mleko gluten)</li> <li>- musli z orzechami włoskimi / rodzynkami/ suszoną morelą (dwutlenek siarki) / na mleku(mleko gluten orzechy )</li> <li>-jajecznicza na maśle (jaja mleko)</li> <li>-pieczywo mieszane (gluten)</li> <li>-masło(mleko)</li> <li>-jogurt naturalny(mleko) / owocowy (mleko)</li> <li>-deska serów żółtych(mleko)</li> <li>- wędlina (gluten)</li> <li>-ser biały twarożek(mleko)</li> <li>-masło czekoladowe</li> <li>-sałaty /rukola / rozspunka</li> <li>-rzodkiewka</li> <li>-ogórek zielony</li> <li>- ogórek korniszon</li> <li>-pomidory</li> <li>-kietki</li> <li>-miód prawdziwy</li> <li>-naturalna owocowa woda smakowa</li> <li>- owoce / jabłko / banan/</li> </ul>	<p>OBIAD</p> <p>Zupa szczawiowa z jajkiem z zieloną natką pietruszki (jaja gluten)</p> <p>Sztuka mięsa schab (mleko jaja gluten)</p> <p>Kasza jęczmienna / kasza gryczana / Surówka /</p> <p>Młoda kapusta w sosie musztardowym (jaja gorczyca)</p> <p>Owoce lub /deser(mleko gluten)</p> <p>Naturalna woda smakowa</p>	<p>KOLACJA NA CIEPŁO :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-herbaty : wieloowocowa zielona miętowa z cytryną</li> <li>- kawa zbożowa (mleko gluten)</li> <li>-kawa rozpuszczalna z mlekiem (mleko) / sypana z mlekiem (mleko)</li> <li>-płatki kukurydziane (mleko gluten) / miodowe(gluten mleko) / czekoladowe na mleku (gluten mleko)</li> <li>-musli z bakaliami na mleku(mleko gluten)</li> <li>-makaron świderki z filetem z piersi kurczaka ze szpinakiem (jaja gluten mleko)</li> <li>-pieczywo mieszane (gluten)</li> <li>-masło (mleko)</li> <li>-jogurty owocowe (mleko)</li> <li>- deska serów żółtych(mleko)</li> <li>-wędlina (gluten)</li> <li>-dżem truskawkowy brzoskwiniowy niskosłodzony</li> <li>-ser biały twarożek (mleko)</li> <li>-masło czekoladowe</li> <li>-sałaty masłowa/ lodowa/ rukola / rozspunka</li> <li>-rzodkiewka</li> <li>-pomidory</li> <li>-ogórek zielony</li> <li>-kietki</li> <li>-miód prawdziwy</li> <li>-naturalna owocowa woda smakowa</li> <li>-owoce: jabłko/banan/</li> </ul>
<p>WTOREK 27.07 .2021</p> <p>ŚNIADANIE NA CIEPŁO:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-herbaty: wieloowocowa miętowa zielona z cytryną</li> <li>-kawa rozpuszczalna z mlekiem (mleko)/ sypana z mlekiem(mleko)</li> <li>- kawa zbożowa (mleko gluten)</li> </ul>	<p>OBIAD</p> <p>Zupa botfinka z zieloną natką pietruszki świeżym koperkiem zabelana (mleko)</p> <p>Ćwiartka pieczona</p> <p>Ryż</p> <p>Surówka/</p> <p>mizeria z świeżego zielonego ogórka (mleko)</p>	<p>KOLACJA NA CIEPŁO:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-herbaty: wieloowocowa miętowa zielona z cytryną</li> <li>-kawa rozpuszczalna z mlekiem (mleko) / sypana z mlekiem (mleko)</li> <li>- kawa zbożowa (mleko gluten)</li> </ul>

<p>-jaja sadzone w tortilli (gluten jaja )  - paszteciki drobiowe ze szpinakiem (gluten)  -płatki kukurydziane(mleko gluten) / czekoladowe(mleko gluten) / miodowe na mleku (gluten mleko)  -musli z orzechami żurawiną rodzynkami i migdałami na mleku (gluten mleko orzechy )  -pieczycwo mieszane (gluten)  -masło(mleko)  -deska serów żółtych(mleko)  -wędlinka (gluten)  -jogurt naturalny(mleko) / owocowy(mleko)  -masło czekoladowe  -dżem truskawkowy / malinowy niskosłodzony  -sałaty masłowa / lodowa / rukola / roszpunka  -rzodkiewka  -ogórek zielony  -pomidory  -kiełki  -miód prawdziwy  -naturalna owocowa woda smakowa  -owoce: jabłko/ arbuz/ banan</p>	<p>Owoce lub/deser (mleko gluten)  Naturalna woda smakowa</p>	<p>- naleśniki z serem dżemem i sosem owocowym (jaja mleko gluten)  - tortilla zawijana (jaja gluten mleko)  -kalafior w jajku i bułce tartej (jaja gluten)  -płatki kukurydziane (mleko gluten)/ czekoladowe (mleko gluten) /miodowe na mleku(gluten mleko)  -musli z rodzynkami i płatkami migdałów na mleku(gluten mleko)  -pieczycwo mieszane (gluten)  -masło (mleko)  -deska serów żółtych (mleko)  -wędlina (gluten)  -ser biały twarożek (mleko)  -masło czekoladowe  -dżem truskawkowy/ brzoskwiniowy niskosłodzony  -sałata masłowa / lodowa/ rukola/ roszpunka  -rzodkiewka  -pomidory  -ogórek zielony  -kiełki  -miód prawdziwy  -naturalna owocowa woda smakowa  -owoce: jabłko / arbuz / banan</p>
<p>ŚRODA 28.07.20201  NA CIEPŁO:  -herbaty :wieloowocowa zielona miętowa z cytryną  -kawa rozpuszczalna z mlekiem (mleko) /sypana z mlekiem (mleko)  -kawa zbożowa(gluten mleko)  -płatki miodowe(gluten mleko)/ czekoladowe(gluten mleko) na mleku  -musli z bakaliami na mleku (gluten mleko)  -omlet jajeczny na maśle (mleko jaja)  -pieczycwo mieszane(gluten)  -masło(mleko)</p>	<p>OBIAD  Zupa kalafiorowa  Kotlet schabowy w tradycyjnej panierce (jaja gluten )  Ziemniaki młode z koperkiem  Surówka/  Fasolka szparagowa z bułką tarta na masełku (gluten mleko) /lub bukiet królewski mix warzyw z bułką tartą (gluten mleko)  Owoce lub/ deser (mleko gluten)  Naturalna woda smakowa</p>	<p>KOLACJA  NA CIEPŁO:  -herbaty: wieloowocowa zielona miętowa z cytryną  -kawa rozpuszczalna z mlekiem (mleko) sypana z mlekiem (mleko)  - kawa zbożowa(gluten mleko)  -spagetti z mozzarełą (mleko jaja gluten)  -płatki kukurydziane (mleko gluten ) czekoladowe (gluten mleko) miodowe na mleku (mleko gluten)</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>-deska serów żółtych(mleko)</li> <li>- wędlina (gluten)</li> <li>-jogurt naturalny(mleko) / owocowy (mleko)</li> <li>-masło czekoladowe</li> <li>-dżem malinowy /czarna porzeczka niskosłodzony</li> <li>-sałata masłowa / lodowa / rukola / roszunka</li> <li>-rzodkiewka</li> <li>-pomidory</li> <li>-ogórek zielony</li> <li>-kiełki</li> <li>-miód prawdziwy</li> <li>-naturalna owocowa woda smakowa</li> <li>-owoce :jabłko/ banan /arbuz</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>-musli z rodzynkami na mleku (mleko gluten)</li> <li>-pieczywo mieszane(gluten)</li> <li>-masło(mleko)</li> <li>-deska serów żółtych (mleko)</li> <li>-deska wędlin(gluten)</li> <li>-ser biały mozzarella (mleko)</li> <li>-dżem truskawkowy /malinowy niskosłodzony</li> <li>-mix sałat</li> <li>-pomidory</li> <li>-ogórek zielony</li> <li>-rzodkiewka</li> <li>-kiełki</li> <li>-miód prawdziwy</li> <li>-naturalna owocowa woda smakowa</li> <li>-owoce: jabłko /banan /arbuz</li> </ul>
<p>CZWARTEK 28.07.2021</p> <p>ŚNIADANIE</p> <p>NA CIEPŁO:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-herbaty: wieloowocowa miętowa zielona z cytryną</li> <li>-kawa rozpuszczalna z mlekiem (mleko ) / sypana z mlekiem(mleko)</li> <li>- kawa zbożowa (gluten mleko)</li> <li>-jajecznica (jaja mleko)</li> <li>-parówka (gluten)</li> <li>-płatki kukurydziane (mleko gluten) /czekoladowe(mleko gluten) / miodowe na mleku (gluten mleko)</li> <li>-musli z migdałami i orzechami na mleku(gluten mleko orzechy)</li> <li>-jogurt naturalny(mleko) / owocowy(mleko)</li> <li>-dżemy malinowy / truskawkowy niskosłodzony</li> <li>-pieczywo mieszane (gluten)</li> <li>-masło(mleko)</li> <li>-deska serów żółtych(mleko)</li> <li>-deska wędlin(gluten)</li> <li>-pasztet</li> <li>-masło czekoladowe</li> <li>-sałata masłowa / rukola / roszpunka</li> <li>-rzodkiewka</li> <li>-pomidor</li> <li>-ogórek zielony</li> </ul>	<p>OBIAD</p> <p>Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami (gluten mleko)</p> <p>Kotlet mielony tradycyjny (jaja gluten )</p> <p>Ziemniaki</p> <p>Surówka / Buraczki z cebulką i olejem</p> <p>Owoce lub/deser(mleko gluten)</p> <p>Naturalna woda smakowa</p>	<p>KOLACJA</p> <p>NA CIEPŁO:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-herbaty: wieloowocowa miętowa zielona z cytryną</li> <li>-kawa rozpuszczalna na mleku (mleko) / sypana z mlekiem(mleko)</li> <li>- kawa zbożowa(mleko gluten)</li> <li>-tortilla z kurczakiem świeżymi warzywami i sałatą lodową (gluten )</li> <li>-płatki kukurydziane (mleko gluten) /miodowe(mleko gluten) /czekoladowe na mleku(gluten mleko)</li> <li>-musli z orzechami migdałami i rodzynkami na mleku (gluten mleko)</li> <li>-pieczywo mieszane(gluten)</li> <li>-masło(mleko)</li> <li>-masło czekoladowe</li> <li>- deska serów żółtych(mleko)</li> <li>-deska wędlin(gluten)</li> <li>-ser biały twarożek(mleko)</li> <li>-masło czekoladowe</li> <li>-dżem truskawkowy/malinowy niskosłodzony</li> <li>-sałaty masłowa lodowa / rukola / roszpunka</li> <li>-kiełki</li> </ul>

<p>-kiełki -miód prawdziwy -naturalna owocowa woda smakowa -owoce: jabłko/ arbuz/ winogrono</p>		<p>-ogórek zielony -miód prawdziwy -naturalna owocowa woda smakowa -owoce: jabłko/ arbuz/</p>
<p>PIĄTEK 29.07 .2021 ŚNIADANIE NA CIEPŁO: -herbaty: wieloowocowa zwykła z cytryną miętowa -kawa rozpuszczalna z mlekiem (mleko) / sypana z mlekiem(mleko) -kawka zbożowa(gluten mleko) -płatki kukurydziane (gluten mleko) / miodowe (gluten mleko) / czekoladowe na mleku (gluten mleko) - musli z orzechami migdałami rodzynkami i żurawiną na mleku(gluten mleko) -jajecznicza (jaja masło) -jogurt naturalny(mleko) /owocowy(mleko) - pieczywo mieszane(gluten) - masło(mleko) -deska żółtych serów(masło) -deska wędlin (gluten) -sałata mix rukola/ roszpunka/ masłowa/ lodowa -rzodkiewka -pomidor - ogórek zielony - kiełki -miód prawdziwy -naturalna owocowa woda smakowa -owoce: banan / jabłko/</p>	<p>OBIAD Zupa krupnik Naleśniki po Rusku ze śmietaną /(jaja gluten mleko) Surówka / z marchewki i pory z majonezem (jaja gorczyca) Owoce lub/deser (gluten mleko) Naturalna woda smakowa</p>	<p>KOLACJA NA CIEPŁO: -herbaty : różne rodzaje wieloowocowe zielona miętowa z cytryną -kawa rozpuszczalna z mlekiem (mleko) /sypana z mlekiem (mleko) - kawa zbożowa (gluten mleko) -płatki kukurydziane (gluten mleko) / miodowe (gluten mleko) / czekoladowe na mleku (gluten mleko) -musli z bakaliami na mleku (gluten mleko) -burgery (gluten jaja) -pieczywo mieszane (gluten) -masło (mleko) - deska serów żółtych(mleko) -deska wędlin(gluten) -ser biały twarożek (mleko) -masło czekoladowe -dżem malinowy brzoskwiniowy niskosłodzony -sałata roszpunka / -kiełki -pomidor -ogórek zielony -rzodkiewka -miód prawdziwy -naturalna owocowa woda smakowa -owoce: banan / jabłko /</p>
<p>SOBOTA 30.07 .2021 ŚNIADANIE NA CIEPŁO : -herbaty: wieloowocowa mięta z cytryną zielona -kawa rozpuszczalna z mlekiem (mleko) sypana z mlekiem (mleko)</p>	<p>OBIAD Zupa barszcz biały z jajkiem (gluten jaja) Ryba dorsz w panierce / (ryba jaja gluten) Ziemniaki Surówka/ Sałata ze śmietaną(mleko)</p>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>- kawa zbożowa(gluten mleko)</li> <li>-płatki kukurydziane(mleko gluten) / miodowe(gluten mleko) / czekoladowe na mleku(gluten mleko)</li> <li>-musli z bakaliami na mleku(gluten mleko)</li> <li>-tosty z serem żółtym i szynką z ketchupem i musztardą ( jaja gorczyca gluten )</li> <li>-pieczywo mieszane(gluten)</li> <li>-masło(mleko)</li> <li>-deska serów żółtych(mleko)</li> <li>-deska wędlin(gluten)</li> <li>-masło czekoladowe</li> <li>-dżemy truskawka/malina niskosłodzony</li> <li>-jogurt naturalny(mleko)/ owocowy(mleko)</li> <li>-twarożek biały (mleko)</li> <li>-sałaty masłowa / lodowa</li> <li>-pomidor</li> <li>-ogórek zielony</li> <li>-rzodkiewka</li> <li>-kiełki</li> <li>-miód prawdziwy</li> <li>-naturalna owocowa woda smakowa</li> <li>-owoce : banan jabłko</li> </ul>	<p>Owoce lub/ deser (gluten mleko)</p> <p>Naturalna woda smakowa</p>	
--	--	--