

JADDŁOSPIS Akademia Talentów OD 04.11.2024-08.11.2024
* zakładamy możliwość nieznaczących zmian w trakcie realizacji

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek 04.11.2024	<u>Waniliowa kaszka kukurydziana na mleku 200ml (7)</u> <u>Chleb graham z masłem ok 40g (1,7) ser żółty 25g (7)</u> Papryka 25g Ogórek zielony 25g Herbata malinowa 200ml	<u>Spaghetti Bolognese 250g (1,7)</u> Woda z cytryna 200ml	<u>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 200ml (7,9)</u> Jabłko pieczone z powidłami 1szt .
Wtorek 05.11.2024	<u>Chleb słonecznikowy z masłem ok 40g (1,7) polędwica sopocka 30g</u> Pomidorki koktajlowe 25g Sałata lodowa <u>Mleko 200ml (7)</u>	<u>Pieczona Miruna 100g(1,3,4)</u> Mini marchewka z oliwą z oliwek 80g Ziemniaki 100g Woda z cytryną 200ml Mandarynka	<u>Zupa krupnik na rosole 200ml (1,9)</u> <u>Budyń czekoladowy z wiórkami kokosowymi 150g (7)</u>
Środa 06.11.2024	<u>Płatki orkiszowe na mleku z prażonymi jabłkami i cynamonem 200ml (1,7)</u> <u>Bułka pszenna z masłem ok 40g z dżemem wiśniowym (1,7)</u> Kalarepka 25g Marchew 25 g Herbata czarna 200ml	Jesienne leczko (pieczarki , cukinia, papryka, pomidory, cebula) 150g Ryż brązowy 100g Kompot 200ml	<u>Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami (brokuł, groszek zielony) 200ml (1,7,9)</u> <u>Kolorowa sałatka z makaronem ryżowym i kurczakiem (papryka, ogórek, kukurydza) 150g (1)</u> Herbata zielona 200ml
Czwartek 07.11.2024	<u>Chleb staropolski z masłem ok 40g (1,7) i twarożkiem ze szczypiorkiem 40g (7)</u> Rzodkiewka 8g Ogórek zielony 25g Herbata lipa 200ml	<u>Polędwica wieprzowa w sosie śmietanowym (1,7) 100g</u> <u>Kasza bulgur 100g (1)</u> Surówka z ogórka kiszzonego i marchwi 80g Sok jabłkowy 200ml	<u>Zupa pomidorowa z ryżem 200ml (7,9)</u> <u>Jogurt z kóteczkami miodowymi 150g (1,7) 150g</u> Batonik daktylowy 1 szt
Piątek 08.11.2024	<u>Bułka graham z masłem ok.40g (1,7) wędlina drobiowa 30 g</u> Pomidor 25g Rucola <u>Kawa inka 200ml (7)</u>	<u>Jajko sadzone 1 szt. (3)</u> Ziemniaki 100g <u>Mizeria 80g (7)</u> Banan	<u>Zupa grochowa z ziemniakami 200ml (9)</u> <u>Ciasto korzenne 100g (1,3,7)</u> Herbata żurawinowa 200ml

ALERGENY występujące w posiłkach: 1- zboża zawierające gluten, 2- skorupiaki i produkty pochodne, 3- jaja i prod.poch, 4- ryby i prod poch, 5- orzeszki ziemne, 6- soja i prod pochodne, 7- mleko i prod poch, 8- orzechy, 9- seler , 10- gorczyca, 11- sezam, 12- cytrusy

