

### Jadłospis na grudzień - dieta bezmleczna 2020

Dzień	Śniadanie	II śniadanie	Obiad
1.12.2020 Wtorek	Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) 60g, <b>Pasta z czerwonej fasolki z natką i kielkami 60g</b> , Rzodkiewka, Mięta	Sok owocowo warzywny Wafle ryżowe	Krem z zielonego groszku z makaronem kuleczki (1,9) 250ml, Ryż (1), 150g, Gulasz z fileta w sosie słodko-kwaśnym (1,3) 80/100g, Sur z marchewki z selerem z sokiem z cytryny (9) 100g, Kompot z owoców mieszanych
2.12.2020 Środa	Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) 60g, <b>Jajecznica ze szczypiorkiem 80g</b> , Pomidor, Herbata z cytryną	Bułka z masłem klarowanym (1,3) i powidłami 1szt	Zupa jarzynowa z natką pietruszki (1,9) 250ml, Ziemniaki z koperkiem 150g, Kotlet mielony (1,3) 80g, Buraczek z jabłkiem 100g, Kompot z owoców sezonowych
3.12.2020 Czwartek	Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) 50g, <b>Szynka z indyka 60g</b> , Sałata, Ogórek zielony, Rumianek	Kisiel (1) z owocami 150ml	Zupa grochowa z zieleniną (9) 250ml, Makaron razowy (1,3) 150g, Sos boloński (1) 80/100g, Jabłko 1szt, Kompot owocowy
4.12.2020 Piątek	Bułka z masłem klarowanym (1) 60g, <b>Pasta z rybną (1,3,4) z pomidorami suszonymi 60g</b> , Ogórek kiszony, Herbata owocowa	Kasza manna (1) z musem malinowym 150ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką (1,9) 250ml, Kluseczki spaetzle (1,3), Pulpety rybne w sosie szparagowym (1,3,4) 80/100g, Sur z marchewki z jabłkiem 100g, Kompot owocowy
7.12.2020 Poniedziałek	Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) 60g, <b>Pasta mięsno warzywna z kielkami 60g</b> , Rzodkiewka, Herbata z cytryną	Sałatka owocowa 150g	Zupa ogórkowa z koperkiem (1,9) 250ml, Placuszki z dyni (1,3) 2szt, Jabłko 1szt, Lemoniada z cytryną i mięta
8.12.2020 Wtorek	Bułka z masłem klarowanym (1) 1szt, <b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60g (1,3)</b> , Papryka czerwona, Mięta	Gruszka 1szt	Flaczki drobiowe z zieleniną (1,9) 250ml, Ziemniaki z koperkiem 150g, Nugetssy z kurczaka (1,3) 80g, ogórek kiszony 100g, Kompot wiśniowy
9.12.2020 Środa	Chleb mieszany z masłem z masłem klarowanym (1) 60g, <b>Szynka drobiowa 30g, Dżem n/c 30g</b> , Pomidor, Rumianek	Mix owocowy 150g	Rosół z makaronem nitki i natką pietruszki (1,3,9) 250ml, Ziemniaki z koperkiem 150g, Udka z kurczaka pieczone (1,3) 80g, Buraczek z chrzanem 100g, Kompot z owocowy
10.12.2020 Czwartek	Chleb mieszany z masłem z masłem klarowanym (1) 60g, <b>Pasta mięsna z prażonymi pestkami słonecznika 60g</b> , Ogórek kiszony Herbata malinowa	Mandarynki 2szt	Krem kalafiorowy z ryżem i koperkiem (1,9) 250ml, Pyzy (1,3) 2szt, Gulasz z łopatki z papryką i ogórkiem kiszonym 150g (1), Kompot z owoców sezonowych
11.12.2020 Piątek	Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) 60g, <b>Pasta białej fasolki z natką i kielkami 60g</b> , Rzodkiewka, Mięta	Jabłko 1szt	Krem szparagowy z makaronem kuleczki z zieleniną (1,9) 250ml, Ziemniaki z koperkiem 150g, Paluszki rybne z dorsza (1,3,4) 3szt, Bukiet warzyw got. 100g, Kompot truskawkowy
14.12.2020 Poniedziałek	Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) 60g, <b>Jajecznica ze szczypiorkiem 80g</b> , Pomidor, Herbata z cytryną	Mus owocowy 1szt, Pałki kukurydziane	Żurek z białą kiełbasą i natką pietruszki (1,3,9) 250ml, Tortellini z mięsem (1,3) 150g, Sos pieczarkowy (1,3) 100g, Sur z marchewki z jabłkiem 100g, Lemoniada z cyt.

15.12.2020 Wtorek	Bułka z masłem klarowanym (1) 1szt, <b>Humus z suszonymi pomidorami 60g</b> , Ogórek kiszony, Mięta	Musli z sokiem (1) 150ml	Krupnik z zieleniną (1,3,9) 250ml, Ziemniaki z koperkiem 150g, Kotlet schabowy (1,3) 80g, Fasolka szparagowa 100g, Kompot owocowy
16.12.2020 Środa	Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) 60g, <b>Pasta z zielonego groszku z koperkiem 60g</b> , Papryka czerwona, Rumianek	Kisiel (1) z owocami 150g	Krem dyniowy z makaronem i zieleniną (1,9) 250ml, Ziemniaki z koperkiem 150g, Stek z mięsa mielonego (1,3) 80g, Sur z kapusty czerwonej z jabłkiem i marchewką 100g, Kompot z owoców sezon.
17.12.2020 Czwartek	Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) 60g, <b>Szynka z kurczaka 80g</b> , Rzodkiewka, Herbata z owoców leśnych	Pł ryżowe (1) z musem jabłkowym 150ml	Kapuśniak z kiszonej kapusty z zieleniną (1,9) 250ml, Kasza bulgur (1) 150g, Strogonoff z kurczaka z pieczarkami, ogórkami i papryką (1) 150g, Kompot z owoców mieszanych
18.12.2020 Piątek	Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) 60g, <b>Pasta z rybną (1,3,4) ze szczypiorkiem 60g</b> , Ogórek kiszony, Mięta	Mix owoców 150g	Zupa gulaszowa z zieleniną (1,9) 250ml, Placki z marchewki (1,3) 2szt, Jabłko 1szt Kompot owocowy
21.12.2020 Poniedziałek	Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) 60g, <b>Humus z pomidorami suszonymi i kielkami 60g</b> , Ogórek kiszony, Herbata z cytryną	Kisiel (1) z owocami 150ml	Zupa pomidorowa z makaronem kuleczki i zieleniną (1,3,9) 250ml, Ziemniaki z koperkiem 150g, Medaliony drobiowo-warzywne (1,3) 80g, Sur. z kapusty kiszonej z papryką 100g, Lemoniada z mięta
22.12.2020 Wtorek WIGILIA	Bułka z z masłem klarowanym (1) 1szt, <b>Pasta z jajeczna ze szczypiorkiem (3) 50g</b> , Powidła 30g, Pomidor, Rumianek	Mandarynki Pierniczki w czekoladzie	Barszcz czerwony czysty z uszkami (1,3) 250ml, Kapusta duszona z pieczarkami 100g, Ziemniaki z koperkiem 150g, Ryba w panierce z sosem greckim 1szt/100g (1,3,4,9), Kompot z owoców mieszanych
23.12.2020 Środa	Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) 60g <b>Parówki z drobiowe na ciepło z keczupem 2szt</b> , Papryka, Mięta	Gruszka 1szt	Zupa krem z soczewicy czerwonej z natką pietruszki (1,3,9) 250ml, Kasza bulgur (1) 150g, Gulasz z łopatki (1) 150g, Buraczki na ciepło 100g, Kompot owocowy
24.12.2020 Czwartek	Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) 60g <b>Szynka drobiowa, Powidła 30g</b> Ogórek świeży, Herbata z owocowa	Mus owocowy 1szt Wafle ryżowe	Barszcz ukraiński z ziemniakami i zieleniną (1,9) 250ml, Pierogi z kapustą i grzybami (1,3) 250g, Kompot z owoców mieszanych
28.12.2020 Poniedziałek	Bułka z masłem z masłem klarowanym (1) g, <b>Pasta z fasolki czerwonej z natką pietruszki 80g</b> , Rzodkiewka, Herbata z cytryną	Pałki kukurydziane Mandarynki	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki (1,9) 250ml, Naleśniki z dżemem 2szt, Jabłko 1szt, Lemoniada z cytryną
29.12.2020 Wtorek	Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) 60g, <b>Jajko gotowane (3) 2szt</b> , Pomidor, Mięta	Banan 1szt	Rosół z makaronem nitki i zieleniną (1,3,9) 250 ml, Ryż (1) 150g, Potrawka z kurczaka (1,3) 80/100g, Marchewka z groszkiem 80g, Kompot z owoców sezonowych
30.12.2020 Środa	Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) 60g, <b>Pasta z mięsna z koperkiem 60g</b> , Ogórek kiszony, Herbata z cytryną	Mus owocowy 1szt, Ciastka sante 50g	Jarzynowa z zieleniną (1,3,9) 250ml, Makaron spetzle (1,3) z kapustą kiszoną i kiełbasą 250g, Jabłko, Kompot wiśniowy

31.12.2020 Czwartek	Chleb mieszany z masłem klarowanym (1) 60g, <b>Pasta z zielonego groszku z koperkiem 60g</b> , Papryka czerwona, Herbata owocowa	Kisiel (1) z owocami 150g	Krem brokułowy z grzankami (1,9) 250ml, Makaron (1,3) 150g Gulasz z fileta z kurczaka w sosie szparagowym (1) 80/100g, Fasolka szparagowa 100g, Kompot owocowy
------------------------	---	---------------------------	--

Alergeny

- 1. zboża zawierające gluten
- 4. ryby i produkty pochodne
- 9. seler i produkty pochodne

- 3. jaja i produkty pochodne
- 7. mleko i produkty mleczne