

„ZE SMAKIEM U KOZIOŁKA”

Kozioł Łukasz

27.06.2016-01.07.2016

ŻŁOBEK

PONIEDZIAŁEK

Posiłek	Skład – na jedną osobę		(g)
	Potrawa - jedną osobę		
I Śniadanie	Płatki pełnoziarnice na mleku BEBIKO 200g	Płatki pełnoziarniste3 mleko BEBIKO 2 cukier	25g 10g 2,5
	<u>Wek 30g</u> <u>masło 2,5g</u> <u>filet 10g</u> <u>ogórek zielony 10g</u> <u>herbata z miodem 150g</u>	Bułka pszenna 3 masło ekstra 82% 2 filet drobiowy ogórek zielony herbata miód pszczeli	30g 2,5g 15g 12g 150g 5g
Przekąska	Banan 100g	Banan	110g
Obiad	<u>Zupa koperkowa z lanym ciastem 200g</u>	Wywar jarski (A) koperek śmietana 18% 2 mąka Pszenna typ 500 3 jajko 1 pieprz zioła suszone (D)	120g 40g 20g 30g 30g 0,5g 0,5g
	<u>Ziemniaki gotowane 80g</u> <u>nugesty z kurczaka 100g</u> <u>surówka z białej kapusty 60g</u> <u>kompot 150g</u>	Ziemniaki filet drobiowy bułka tarta 3 jajko 1 mąka pszenna typ 500 3 biała kapusta marchewka korzeń por olej roślinny miks owocowy (E) pieprz zioła suszone (D)	90g 110g 10g 10g 5g 40g 10g 5g 5g 70g 0,5g 0,5g
Podwieczorek	Mleczna kanapka 25g	Mleczna kanapka 2	1szt

WYSTĘPUJĄCE GRUPY ALERGENÓW:

Nr 1 - JAJ Nr 2 - MELKO Nr 3 - ZIARNA ZBÓŻ ZAWIERAJĄCE GLUTEN

Nr 4 - ORZESZKI ZIEMNE

Nr 5 - ORZESZKI DRZEW ORZECHOWYCH

Nr 6 - SELER Nr 7 - GORCZYCA Nr 8 - SEZAM Nr 9 - SOJA Nr 10 - ŁUBIN

Nr 11 - SKORUPIAKI I MIĘCZAKI

Nr 12 - RYBY Nr 13 - DWUTLENEK SIARKI ORAZ SIARCZAN

WTOREK

Posiłek	Potrawa - <u>jedną osobę</u>		(g)
	Skład – na <u>jedną osobę</u>		
I Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku BEBIKO 200g	Płatki kukurydziane 3 mleko BEBIKO 2 cukier	25g 10g 1,5g
	<u>Graham 30g</u> <u>wek 20g</u> <u>masło 2,5g</u> <u>pastą jajeczną 10g</u> <u>ogórek zielony 10g</u> <u>herbata 150g</u>	Pieczywo pszenne 3 bułka pszenna 3 masło extra 82% 2 majonez dekoracyjny 1 jajko 1 pieprz zioła suszone(D) ogórek zielony herbata	30g 20g 2,5g 15g 40g 0,5g 0,5g 10g 150g
Przekąska	Jabłko w ćwiartki 100g	Jabłko	120g
Obiad	<u>Zupa pomidorowa z ryżem 200g</u>	Wywar mięsny(B) śmietana 18% 2 koncentrat pomidorowy pieprz zioła suszone (D) ryż 3	120g 20g 30g 0,5g 0,5g 40g
	<u>Pieczeń drobiowa faszerowana</u> <u>warzywami 100g</u> <u>biała kapusta 60g</u> <u>kasza 60g</u> <u>sos śmietanowy 40g</u> <u>kompot 150g</u>	Filet drobiowy brokuły biała kapusta kasza gryczana 3 śmietana 18% 2 pieprz zioła suszone (D) miks owocowy (E)	100g 30g 60g 50g 20g 0,5g 0,5g 70g
Podwieczorek	Twaróg z mussem malinowym 100g i biszkoptami	Twaróg półtłusty 2 cukier maliny biszkopty 3	80g 2g 20g 20g

WYSTĘPUJĄCE GRUPY ALERGENÓW:

Nr 1 - JAJ Nr 2 - MELKO Nr 3 - ZIARNA ZBÓŻ ZAWIERAJĄCE GLUTEN

Nr 4 - ORZESZKI ZIEMNE

Nr 5 - ORZESZKI DRZEW ORZECHOWYCH

Nr 6 - SELER Nr 7 - GORCZYCA Nr 8 - SEZAM Nr 9 - SOJA Nr 10 - ŁUBIN

Nr 11 - SKORUPIAKI I MIĘCZAKI

Nr 12 - RYBY Nr 13 - DWUTLENEK SIARKI ORAZ SIARCZANY

ŚRODA

Posiłek	Potrawa - <u>jedną osobę</u>		Skład – na <u>jedną osobę</u>	
				(g)
I Śniadanie	Kaszka na mleku BEBIKO 200g		Kaszka manna 3 mleko BEBIKO 2 cukier	25g 10g 1,5g
Śniadanie	<u>Chąłka 30g</u> <u>wek 20g</u> <u>masło 2,5g</u> <u>dżem 10g</u> <u>nutella 10g</u> <u>herbata 150g</u>		Pieczywo pszenne3 bułka pszenna 3 masło extra 82% 2 dżem truskawkowy niskosłodzony nutella 2,5 herbata	30g 20g 2,5g 10g 10g 150g
Przekąska	Kiwi 100g		Kiwi	120g
Obiad	<u>Krem ze szpinaku z grzankami 200g</u>		Wywar jarski (A) szpinak śmietana 18% 2 pieprz zioła suszone (D) bułka pszenna 3	120g 40g 20g 0,5g 0,5g 10g
	<u>Naleśniki z twarogiem I jabłkami 150g</u> <u>kompot 150g</u>		Mleko 3,2% mąka pszenna typ 500 3 jaja 1 twaróg półtłusty 2 jabłka miks owocowy(E)	100g 50g 20g 20g 20g 70g
Podwieczorek	Budyń z biszkoptami 100g		Budyń smietankowy niskosłodzony mleko 3,2% 2 biszkopty	20g 100g 20g

WYSTĘPUJĄCE GRUPY ALERGENÓW:

- Nr 1 - JAJ Nr 2 - MELKO Nr 3 - ZIARNA ZBÓŻ ZAWIERAJĄCE GLUTEN
 Nr 4 - ORZESZKI ZIEMNE
 Nr 5 - ORZESZKI DRZEW ORZECHOWYCH
 Nr 6 - SELER Nr 7 - GORCZYCA Nr 8 - SEZAM Nr 9 - SOJA Nr 10 - ŁUBIN
 Nr 11 - SKORUPIAKI I MIĘCZAKI
 Nr 12 - RYBY Nr 13 - DWUTLENEK SIARKI ORAZ SIARCZANY

CZWARTEK

Posiłek	Potrawa - <u>jedną osobę</u>		(g)
	Skład – na <u>jedną osobę</u>		
I Śniadanie	Płatki czekoladowe na mleku BEBIKO 200g	Płatki czekoladowe 3,5 mleko BEBIKO 2 cukier	25g 10g 1,5g
	<u>Wek 30g</u> <u>masło 2,5g</u> <u>parówki 100g</u> <u>herbata 150g</u>	Bułka pszenna 3 masło extra 82% 2 parówki drobiowe DROP herbata	30g 2,5g 100g 150g
Przekąska	Brzoskwinie w ćwiartki 100g	Brzoskwinie	110g
Obiad	<u>Barszcz zabieleny z ziemniakami 200g</u>	Wywar mięsny (B) pieprz ziola suszone (D) ziemniaki śmietana 18% 2 buraki koncentrat barszczu	120g 0,5g 0,5g 30g 20g 40g 10g
	<u>Poledwiczki drobiowe 100g</u> <u>sos smietanowy 40g</u> <u>ziemniaki gotowane 80g</u> <u>marchewka z groszkiem na gęsto 60g</u> <u>kompot 150g</u>	Filet drobiowy śmietana 18% 2 pieprz ziola suszone (D) ziemniaki marchewka korzeń groszek mąka pszenna typ 500 3 miks owocowy (E)	120g 20g 0,5g 0,5g 90g 30g 30g 5g 70g
Podwieczorek	Ciasteczka BB i jogurt	Ciasteczka BB 3 jogurt 2	80g

WYSTĘPUJĄCE GRUPY ALERGENÓW:

- Nr 1 - JAJ Nr 2 - MELKO Nr 3 - ZIARNA ZBÓŻ ZAWIERAJĄCE GLUTEN
 Nr 4 - ORZESZKI ZIEMNE
 Nr 5 - ORZESZKI DRZEW ORZECHOWYCH
 Nr 6 - SELER Nr 7 - GORCZYCA Nr 8 - SEZAM Nr 9 - SOJA Nr 10 - ŁUBIN
 Nr 11 - SKORUPIAKI I MIĘCZAKI
 Nr 12 - RYBY Nr 13 - DWUTLENEK SIARKI ORAZ SIARCZANY

PIĄTEK

Posiłek	Potrawa - jedną osobę		Skład – na jedną osobę (g)
I Śniadanie	Kaszka na mleku BEBIKO 200g		Kaszka jaglana 3 mleko BEBIKO 2 cukier 25g 10g 1,5g
	<u>Chleb 30g</u> <u>wek 20g</u> <u>masło 2,5g</u> <u>filet 10g</u> <u>ser żółty 10g</u> <u>herbata 150g</u>		Chleb pszenny 3 bułka pszenna 3 masło extra 82% 2 filet drobiowy ser GOUDA 2 herbata 30g 20g 2,5g 15g 10g 150g
Przekąska	Merchewka z ananase 100g		Marchew KORZEŃ ananas cukier sor z cytryny 70g 40g 1,5g 1g
Obiad	<u>Rosół z makaronem 200g</u>		Wywar mięsny (B) pieprz zioła suszone (D) makaron LUBELLA 3,1 150g 0,5g 0,5g 60
	<u>Miruna gotowana na parze 100g</u> <u>warzywa na parze 60g</u> <u>ziemniaki gotowane 80g</u> <u>kompot 150g</u>		Ryba MIRUNA 12 brokuły marchew KORZEŃ ziemniaki pieprz zioła suszone (D) miks owocowy(E) 120g 50g 20g 90g 0,5g 0,5g 70g
Podwieczorek	Galaretka z truskawkami 120g		Galaretka truskaowa niskodsłodzona truskawki 25g 40g

WYSTĘPUJĄCE GRUPY ALERGENÓW:

- Nr 1 - JAJ Nr 2 - MELKO Nr 3 - ZIARNA ZBÓŻ ZAWIERAJĄCE GLUTEN
 Nr 4 - ORZESZKI ZIEMNE
 Nr 5 - ORZESZKI DRZEW ORZECHOWYCH
 Nr 6 - SELER Nr 7 - GORCZYCA Nr 8 - SEZAM Nr 9 - SOJA Nr 10 - ŁUBIN
 Nr 11 - SKORUPIAKI I MIĘCZAKI
 Nr 12 - RYBY Nr 13 - DWUTLENEK SIARKI ORAZ SIARCZANY

PODRECEPTURY:

WYWAR JARSKI „A”-

MARCHEW	30g
<u>SELER (6)</u>	30g
SOL MORSKA	1g
PIEPRZ	0,5g
PIETRUSZKA NATKA	5g

WYWAR MIESNY „B”

PORCJA ROSOLOWA	40g
MARCHEW	20g
<u>SELER (6)</u>	20g
PIETRUSZKA NATKA	5g
SOL MORSKA	1g
PIEPRZ	0,5g

SOS „C”

WYWAR MIESNY "B"	100ml
<u>MAKA PRZENNA (3)</u>	5g
<u>ZIOLA SUSZONE</u>	2g
<u>ŚMIETANA (3)</u>	25ml

ZIOLA SUSZONE „D”

MAJERANEK	0.5g
TYMIANEK	0.5g
ZIOLA PROWANSALSKIE	0,5g
OREGANO	0,5g

MIKS OWOCOWY „E”

-SLIWKA	5g
AGREST	5g
PORZECZKA	5g
TRUSKAWKA	5g
CZARNA PORZECZKA	5g