

Jadłospis od 01.09.2021 do 10.09.2021

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
01.09.2021 środa	Kawa inka/ herbata owocowa, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, wędlina wieprzowa, bukiet warzyw	mleko, kawa inka, herbata owocowa, cukier trzcinowy, masło śmietankowe gluten, chleb razowy i pszenny, wędlina, ogórek pomidor	Zupa krupnik, chleb razowy/pszenny, naleśnik z serem, herbata zielona	porcje rosółowe, włośczyzna, ziemniaki, śmietana, chleb razowy i pszenny, kasza jęczmienna, twaróg, mąka, jaja, mleko	Kisiel, flipsy, owoc	kisiel, kaszka kukurydziana, owoc
Wartość kaloryczna		270 kcal		900 kcal		200kcal
02.09.2021 czwartek	Zupa mleczna/herbata, bułka z masłem i dżemem	mleko, herbata, bułka pszenna, graham, masło śmietankowe, dżem owocowy	Zupa szczawiowa, chleb pszenny/razowy, sos boloński z makaronem, herbata czarna	porcje rosółowe, śmietana, włośczyzna, szczaw konserwowy, jajka, ziemniaki, chleb razowy/ pszenny, ziemniaki, gluten, sos boloński, mięso mielone z łopatki, makaron, herbata czarna	Mleko/herbata, ciasto własnego wypieku z owocami	mleko, herbata, mąka, jajka, cukier, olej, owoc
Wartość kaloryczna		380kcal		820kcal		200kcal
03.09.2021 piątek	Kawa inka/herbata zielona, kanapka: chleb razowy/chleb pszenny z masłem, pasztet, bukiet warzyw	mleko, inka, chleb razowy/pszenny, masło śmietankowe, pasztet wieprzowy, ogórek, papryka	Zupa neopolitańska, chleb razowy/ pszenny, porcja ryby, ziemniaki, rzepa z ogórkiem, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włośczyzna, chleb razowy/pszenny, serek topiony, szczypior, ziemniaki, filet z miruny, rzepa, ogórek, majonez, cytryna	Pudding, herbatniki, owoc	mleko, budyń, mąka, cukier, jajka, gluten, owoc
Wartość kaloryczna		250 kcal		880 kcal		200 kcal
06.09.2021 poniedziałek	kakao / herbata zielona, kanapka: chleb razowy/ pszenny, ser żółty, rzodkiewka	mleko, kakao, herbata zielona, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, ser żółty, rzodkiewka	Zupa ogórkowa, chleb razowy/pszenny, kotlet schabowy, ziemniaki, kapusta pekińska z kukurydzą i jabłkiem, kompot	porcje rosółowe, śmietana, włośczyzna, chleb razowy i pszenny, gluten, ziemniaki, ogórki kiszane, schab, jajka, kapusta pekińska, kukurydza konserwowa, jabłko, majonez, owoce mrożone	Mleko/herbata Kasza manna z sokiem Biszkopty, owoc	mleko, herbata, kasza manna, sok owocowy, mąka, jajka, gluten, owoc
Wartość		300 kcal		800kcal		220kcal

kaloryczna						
07.09.2021 wtorek	Kawa inka z mlekiem/ herbata owocowa, kanapka: chleb razowy/ pszenny, schab pieczony, masło śmietankowe, ogórek	mleko, kawa inka, herbata owocowa, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, chleb razowy/pszenny, schab pieczony, ogórek	Zupa pomidorowa z makaronem, chleb razowy/pszenny, filet z kurczaka w sosie porowym, kasza bulgur, ogórek świeży, herbata zielona	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny, gluten, koncentrat pomidorowy, makaron, filet z kurczaka, por, kasza bulgur, ogórek świeży, herbata zielona	Mleko/herbata galaretka z owocami, ciastka	mleko, herbata, galaretka, truskawki, mąka, gluten, cukier,
Wartość kaloryczna		300 kcal		850 kcal		150kcal
08.09.2021 środa	Kawa inka z mlekiem/ herbata owocowa, kanapka: chleb razowy/ pszenny, wędlina, masło śmietankowe, bukiet warzyw	mleko, kawa inka, herbata owocowa, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, chleb razowy/pszenny, wędlina ogórek, pomidor	Zupa fasolowa z pęczakiem, chleb razowy/pszenny, makaron z serem i cynamonem, woda z cytryną, owoc	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny, gluten, ziemniaki, fasola, pęczak, makaron, twaróg, cynamon, cytryna, jabłko	Mleko/herbata, pączusie własnego wypieku	mleko/herbata mąka, jajka, cukier, serek waniliowy
Wartość kaloryczna		330 kcal		900kcal		300kcal
09.09.2021 czwartek	Kakao/herbata kanapka: chleb razowy /pszenny, masło śmietankowe, twarożek na słodko	mleko, kakao, herbata owocowa, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, twarożek	Zupa rosół, chleb razowy/pszenny Kurczak pieczony, ryż, marchewka z jabłkiem i porem, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny, gluten, makaron, podudzia z kurczaka, ryż, marchewka, jabłko, por, majonez, herbata	Mleko/herbata, bułka chałka z kremem czekoladowym, owoc	mleko/herbata Mąka, jajka, cukier, krem czekoladowy nutella, owoc
Wartość kaloryczna		290 kcal		790 kcal		290 kcal
10.09.2021 piątek	Kawa inka z mlekiem/ herbata owocowa, kanapka: chleb razowy/ pszenny, wędlina, masło śmietankowe, ogórek	mleko, kawa inka, herbata owocowa, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, chleb razowy/pszenny, wędlina wieprzowa ogórek	Zupa pieczarkowa, chleb razowy /pszenny, ryba po grecku, ziemniaki, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny, pieczarki, makaron, gluten, filet z miruny, koncentrat pomidorowy, seler, cebula, ziemniaki, cytryna	Mleko/herbata deser bananowy	mleko/herbata jogurt naturalny, banany
		310 kcal		850 kcal		330 kcal