

Jadłospis od 25.10.2021 do 05.11.2021

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
25.10.2021 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/pszenny z masłem, ser żółty, bukiet warzyw	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe chleb razowy/ pszenny - gluten, ser żółty, pomidor, ogórek	Zupa jarzynowa, chleb razowy/pszenny, kasza jęczmienna, schab w sosie własnym, kapusta w zalewie, herbata zielona	porcje rosółowe, włoszczyzna, ziemniaki, śmietana, chleb razowy i pszenny -gluten, kasza jęczmienna, schab, kapusta biała, herbata zielona	Herbata owocowa, budyń waniliowy, ciastka korzenne, owoc	mleko, herbata owocowa, mąka pszenna- gluten, cukier, jajka, owoc
Wartość kaloryczna		330 kcal		790 kcal		350kcal
26.10.2021 wtorek	Kawa inka z mlekiem, kanapka: chleb razowy/ pszenny, pasztet, ogórek, pomidor	mleko, inka, masło śmietankowe 82%, chleb razowy/ pszenny -gluten, pasztet, ogórek, pomidor	Zupa rosół, chleb pszenny/razowy, kurczak pieczony, ziemniaki, marchew duszona, herbata owocowa	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, ziemniaki, chleb razowy/pszenny -gluten, makaron, podudzia z kurczaka, ziemniaki, marchew, masło śmietankowe, herbata owocowa	Mleko, obwarzanki własny wyrób, jabłko	mleko, mąka pszenna- gluten, cukier, jajka, twaróg, jabłko
Wartość kaloryczna		360kcal		780kcal		330kcal
27.10.2021 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/chleb pszenny z masłem, wędlina, ogórek	mleko, inka, chleb razowy/pszenny - gluten, masło śmietankowe 82%, wędlina, ogórek	Zupa gulaszowo-warzywna, chleb razowy/pszenny, makaron z serem, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy/ pszenny -gluten, łopatka wieprzowa papryka, pieczarki, marchewka, ziemniaki, makaron, koncentrat pomidorowy, twaróg, cytryna	Kisiel, ciastka owsiane, banan	mleko, mąka pszenna- gluten, jajka, cukier, kisiel, banan
Wartość kaloryczna		360 kcal		810 kcal		190 kcal
28.10.2021 Czwartek	Kakao, kanapka: chleb razowy/ pszenny, twarożek, rzodkiewka	mleko, kakao, cukier trzcinowy, chleb razowy/pszenny- gluten, masło śmietankowe 82%, twaróg, rzodkiewka	Zupa szczawiowa chleb razowy/pszenny, ryż, filet z kurczaka z serem, surówka z pora, jabłek i marchewki, kompot z owoców mrożonych	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny- gluten, szczaw , ziemniaki, jajka, ryż, filet z kurczaka, por, marchew, jabłka, owoce mrożone, cukier	Herbata, kasza manna z dżemem, ciastka, winogrona	mleko, herbata, kasza manna, dżem, mąka- gluten jajka, cukier, winogrona
Wartość kaloryczna		310 kcal		850kcal		300kcal

29.10.2021 piątek	Kawa inka z mlekiem, kanapka: chleb razowy/ pszenney, wędlina wieprzowa, masło śmietankowe, papryka	mleko , kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe 82% , chleb razowy/ pszenney- gluten , wędlina wieprzowa, papryka	Zupa krupnik, chleb razowy/pszenney, paprykarz, ryż, herbata	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenney - gluten , kasza jęczmienna, ziemniaki, filet z miruny, papryka, koncentrat pomidorowy, cebula, marchewka, ryż, herbata	Mleko, kulki nesquik, gruszka	mleko, mąka kukurydziana, kakao, cukier, jajka , gruszka
Wartość kaloryczna		300 kcal		790 kcal		150kcal
01.11.2021 poniedziałek	Dzień wolny					
02.11.2021 wtorek	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi, bułka chałka z masłem i dżemem, słupki z marchewki	mleko , cukier trzcinowy, masło śmietankowe 82% , mąka- gluten , jajka , cukier, dżem mleko , marchewka	Zupa pieczarkowa z makaronem, chleb razowy/pszenney bigos, ziemniaki, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenney - gluten , pieczarki, makaron, ziemniaki, kapusta, łopatka wieprzowa, cytryna	Herbata, deser jogurtowo - bananowy, wafle ryżowe	mleko , herbata jogurt naturalny, banany, ryż brązowy, mąka kukurydziana,
Wartość kaloryczna		340 kcal		690 kcal		330kcal
03.11..2021 środa	Kawa inka z mlekiem, kanapka: chleb razowy/ pszenney, wędlina, masło śmietankowe, bukiet warzyw	mleko , kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe 82% , chleb, razowy/ pszenney- gluten , wędlina, ogórek, papryka	Zupa żurek, racuchy drożdżowe z jabłkami, herbata zielona	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenney - gluten , kiełbasa biała surowa, jajka , mąka, cukier, drożdże, jabłka, herbata zielona	Mleko, galaretki z truskawkami, wafelki	mleko , galaretki, truskawki mąka pszenna- gluten , jajka , cukier
Wartość kaloryczna		350 kcal		800 kcal		250 kcal
04.11.2021 czwartek	Kawa inka z mlekiem, kanapka: chleb razowy/ pszenney, pasta jajeczna, masło śmietankowe, ogórek	mleko , cukier trzcinowy, masło śmietankowe 82% , chleb razowy/ pszenney - gluten , jajka , majonez, ogórek	Zupa ogórkowa, chleb razowy/pszenney, gulasz strogonow, kasza bulgur, kapusta pekińska z cukinią, kompot	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, ogórki, chleb razowy i pszenney - gluten , kasza bulgur, szynka wieprzowa, papryka, ogórek konserwowy, pieczarka, cebula, owoce mrożone, cukier	Mleko, ciasto własnego wypieku z jabłkami	mleko mąka pszenna- gluten , jajka , cukier, jabłka

Wartość kaloryczna		280 kcal		810 kcal		350 kcal
05.11.2021 piątek	Kawa inka z mlekiem, kanapka: chleb razowy/pszenny, wędlina, masło śmietankowe, bukiet warzyw	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe 82%, chleb razowy/ pszenny- gluten, wędlina pomidor, ogórek	Zupa grochówka, chleb razowy/pszenny, porcja ryby, ziemniaki, rzepa z ogórkiem, herbata czarna z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny- gluten, ziemniaki, groch, mąka, jajka, filet z miruny, rzepa, ogórek, herbata, cytryna	Herbata, jogurt owocowy, jabłko	herbata jogurt owocowy, jabłko
Wartość kaloryczna		300 kcal		620 kcal		280 kcal