

Jadłospis od 22.11.2021 do 03.12.2021

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
22.11.2021 poniedziałek	Kawa inka, Kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło, pasztet, bukiet warzyw	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe gluten, chleb razowy i pszenny, pasztet , pomidor, ogórek	Zupa wiosenna, chleb razowy/pszenny, kotlet mielony, kasza jęczmienna, surówka z buraków, herbata	porcje rosółowe, włoszczyzna, ziemniaki, śmietana, chleb razowy/ pszenny -gluten, mięso mielone z łąpatki, buraki gotowane, kasza jęczmienna, herbata	Budyń waniliowy, rurki, gruszka	mleko, budyń, mąka - gluten, jajka, cukier, gruszka
Wartość kaloryczna		300 kcal		800 kcal		350kcal
23.11.2021 wtorek	Kawa inka z mlekiem Kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło, jajko, bukiet warzyw	mleko, inka, masło śmietankowe, chleb razowy/ pszenny, jajka, ogórek, papryka	Zupa szczawiowa, chleb pszenny/razowy, filet z kurczaka w sosie porowym, marchewka tuszona, ryż, herbata owocowa	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy/pszenny- gluten, jajka, szczaw konserwowy, ziemniaki, filet z kurczaka, por, marchewka, ryż, herbata owocowa	Mleko, ciasto z jabłkami własnego wypieku	mleko, mąka- gluten, cukier, jajka, jabłko
Wartość kaloryczna		360kcal		820kcal		320kcal
24.11.2021 środa	Kawa inka Kanapka: chleb razowy/chleb pszenny, masło, wędlna, papryka, pomidor	mleko, inka, chleb razowy/pszenny, masło śmietankowe, wędlna, papryka, pomidor	Zupa pieczarkowa z makaronem, chleb razowy/pszenny, bigos, ziemniaki, herbata zielona	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, pieczarki, makaron – gluten, chleb razowy/ pszenny -gluten, kapusta, łopatka wieprzowa, ziemniaki, herbata zielona	Mleko, kisiel, ciastka chałowe, słupki z marchewki	mleko, kisiel, mąka- gluten, jajka, cukier, chałwa, marchewka
Wartość kaloryczna		360 kcal		860kcal		200 kcal
25.11.2021 czwartek	Kawa inka z mlekiem Kawa inka mlekiem, bułka z serem, słupki z marchewki	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, mąka-gluten, jajka, twaróg, marchewka	Zupa fasolowa z pęczakiem, chleb razowy/ pszenny, makaron z serem, woda z cytryną, mandarynka	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny - gluten, fasola, pęczak, makaron -gluten, twaróg, cytryna	Mleko, płatki chocapic, jabłko	mleko, mąka kukurydziana, kakao, cukier, jabłko

Wartość kaloryczna		310 kcal		850kcal		280kcal
26.11..2021 piątek	Kawa inka z mlekiem Kanapka: chleb razowy/ pszenny, wędlina wieprzowa, masło, ogórek	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, chleb razowy/ pszenny - gluten, wędlina wieprzowa, ogórek	Zupa lane kluski, chleb razowy/pszenny, ryba po grecku, ziemniaki, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny- gluten, mąka, jajka, filet z miruny, marchewka, cebula, koncentrat pomidorowy, ziemniaki herbata	Herbata, serek waniliowy, herbatniki, winogron	herbata, mleko, śmietanka, cukier, aromat waniliowy, mąka-gluten, winogron
Wartość kaloryczna		300 kcal		790 kcal		260kcal
29.11.2021 poniedziałek	Kakao, Kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło, polędwica wieprzowa, bukiet warzyw	mleko, cukier trzcinowy, chleb razowy/ pszenny – gluten, masło śmietankowe, polędwica, wieprzowa, ogórek, papryka	Zupa ruski barszcz, chleb razowy/pszenny, spaghetti, woda z cytryną, jabłko	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy/ pszenny - gluten, kapusta, ziemniaki, makaron -gluten, mięso mielone z łopatki, sos boloński, cytryna, jabłko	Kasza manna z dżemem, pałeczki kukurydziane, mandarynka	mleko, kasza manna, dżem, mandarynka
Wartość kaloryczna		350 kcal		920kcal		280kcal
30.11..2021 wtorek	Kakao, Kanapka: chleb razowy/ pszenny ,ser żółty, masło, ogórek konserwowy	mleko, kakao, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, mąka -gluten, ser żółty, ogórek konserwowy	Zupa neopolitańska, chleb razowy/pszenny, roladki drobiowe tuszone w sosie, kasza bulgur, surówka wielowarzywna, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny, gluten, serki topione, makaron, szczypior, filet z kurczaka, kasza bulgur, kapusta biała, kapusta czerwona, pomidor, ogórek, marchew, majonez, herbata	Deser jogurtowo bananowy, flipsy	jogurt naturalny, banany, mąka kukurydziana
Wartość kaloryczna		340 kcal		750 kcal		330kcal
01.12..2021 środa	Kawa inka z mlekiem Kanapka: chleb razowy/ pszenny, wędlina, masło, bukiet warzyw	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, chleb razowy/ pszenny -gluten,	Zupa pomidorowa z mięsem i ryżem, chleb razowy/pszenny, serniczki, jabłko, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny - gluten, mięso mielone z łopatki, ryż, twaróg, jajka,	Mleko, kołacz z serem, słupki z marchewki	mleko, mąka-gluten, cukier, jajka, twaróg marchewka

		wędlina, ogórek, papryka		jabłko		
Wartość kaloryczna		360 kcal		900 kcal		300 kcal
02.12.2021 czwartek	Kawa inka z mlekiem Kanapka: chleb razowy/ pszenny twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką	mleko, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, mąka-gluten, twarożek, szczypior, rzodkiewka	Zupa marchewkowa z makaronem, chleb razowy/pszenny gołąbki, ziemniaki, herbata zielona	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, marchewka, makaron, chleb razowy i pszenny - gluten, kapusta biała, mięso mielone z łopatki, koncentrat pomidorowy, herbata zielona	Mleko, pączki własny wypiek, gruszka	mleko, mąka-gluten, jajka, cukier, serek waniliowy, gruszka
Wartość kaloryczna		290 kcal		810 kcal		350 kcal
03.12.2021 piątek	Kawa inka z mlekiem Kawa inka z mlekiem Kanapka: chleb razowy/ pszenny, wędlina, masło śmietankowe, bukiet warzyw	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, chleb razowy/ pszenny - gluten, wędlina pomidor, ogórek	Zupa biały barszcz, ryba z ananase, ziemniaki, chleb razowy/pszenny, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny, gluten, filet z miruny, ziemniaki, ananas, marchewka, cebula, koncentrat pomidorowy, herbata	Mleko, wafle tortowe z marmoladą, jabłko	mleko, mąka – gluten, jajka, cukier, marmolada, jabłko
Wartość kaloryczna		350kcal		780 kcal		280 kcal