

Jadłospis od 08.11.2021 do 19.11.2021

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
08.11.2021 poniedziałek	Kawa inka, Kanapka: chleb razowy/pszenny z masłem, pasztet bukiet warzyw	mleko, kawa inka, cukier trzciniowy, masło śmietankowe 82% chleb razowy i pszenny - gluten, pasztet, pomidor, ogórek	Zupa barszcz czerwony, chleb razowy/pszenny, kiełbasa pieczona, ziemniaki, surówka z kiszzonego ogórka i pora, herbata	porcje rosółowe, włoszczyzna, buraki gotowane, śmietana, chleb razowy, pszenny - gluten, kiełbasa biała parzona, ziemniaki, ogórek kiszony, por, herbata	Mleko, Kasza manna z dżemem, mandarynka	mleko, kasza manna, cukier, dżem, mandarynka
Wartość kaloryczna		300 kcal		800 kcal		350kcal
09.11.2021 wtorek	Kawa inka z mlekiem Kanapka: chleb razowy/ pszenny, ser żółty, bukiet warzyw	mleko, inka, masło śmietankowe 82%, chleb razowy /pszenny- gluten, ser żółty, ogórek, pomidor	Zupa pomidorowa z makaronem, chleb pszenny/razowy, kotlet schabowy, kasza gryczana, kapusta kiszona herbata owocowa	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy/pszenny twaróg, makaron-gluten, koncentrat pomidorowy, schab, jajka, kasza gryczana, kapusta kiszona, herbata owocowa	Mleko, naleśnik z kremem czekoladowym, jabłko	mleko, mąka - gluten, cukier, jajka, kakao, jabłko
Wartość kaloryczna		360kcal		820kcal		320kcal
10.11.2021 środa	Kawa inka Kanapka: chleb razowy/ pszenny z masłem, wędlina, ogórek	mleko, inka, chleb razowy/pszenny- gluten, masło śmietankowe 82%, wędlina, ogórek	Zupa chrzanowa chleb razowy/pszenny, makaron z truskawkami i twarogiem, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chrzan, boczek wędzony, szczypior, jajka, chleb razowy/pszenny - gluten, twaróg, makaron, truskawki, cytryna	Mleko, kisiel, ciastka domowe słupki z marchewki	mleko, mąka- gluten, jajka, cukier, kisiel, marchewka
Wartość kaloryczna		360 kcal		860kcal		190 kcal
11.11.2021 czwartek	Dzień wolny					
Wartość kaloryczna		310 kcal		850kcal		300kcal
12.11.2021	Kawa inka z mlekiem Kanapka: chleb	mleko, kawa inka, cukier trzciniowy,	Zupa rybna, chleb razowy/pszenny,	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna,	Mleko, kulki miodowe kótecza	mleko, mąka kukurydziana,

Piątek	razowy/ pszenny, wędlina wieprzowa, masło śmietankowe, papryka	masło śmietankowe 82%, chleb razowy/ pszenny twaróg , wędlina wieprzowa, papryka	placki ziemniaczane, mizeria, herbata	chleb razowy/pszenny- gluten , filet z miruny, ziemniaki, ogórek, herbata	jabłko	kakao, cukier, jajka jabłko
Wartość kaloryczna		300 kcal		790 kcal		150kcal
15.11.2021 poniedziałek	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi, bułka cukrówka, słupki z marchewki	mleko, cukier trzcinowy, masło śmietankowe 82%, płatki ryżowe, mąka- gluten , jajka, cukier, marchewka	Zupa kapuśniak z kwaśnej kapusty, chleb razowy /pszenny, karkówka z żurawiną, kasza bulgur, korniszon, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny- gluten , kapusta kiszona, ziemniaki, karkówka, żurawina, kasza bulgur, korniszon, cytryna	Pudding budyniowy, pałeczki kukurydziane, banan	mleko, mąka kukurydziana, cukier, jajka, mąka ziemniaczana, banan
Wartość kaloryczna		400 kcal		850kcal		280kcal
16.11.2021 wtorek	Kakao, Kanapka: chleb razowy/ pszenny ,jajko, masło śmietankowe, ogórek	mleko, kakao, cukier trzcinowy, masło śmietankowe 82%, mąka- gluten , jajka, ogórek	Zupa krupnik, chleb razowy/pszenny filet z kurczaka w sosie słodko-kwaśnym, ryż, kompot z owoców mrożonych	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny- gluten , kasza jęczmienna, ziemniaki, filet z kurczaka, sos słodko-kwaśny, owoce mrożone	Mleko, pączki z serków waniliowych, gruszka	mleko, mąka- gluten , jajka, cukier, serek waniliowy, gruszka
Wartość kaloryczna		340 kcal		750 kcal		330kcal
17.11.2021 środa	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, ogórek, papryka	Zupa barszcz ukraiński, chleb razowy/pszenny, naleśniki z serem, herbata zielona	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny, fasola, buraki czerwone, kapusta, mąka- gluten , jajka, twaróg , herbata zielona	Mleko, galaretka z truskawkami, słomka ptysiowa	mleko, galaretka, truskawki, mąka - gluten , jajka, cukier
Wartość kaloryczna		350 kcal		900 kcal		250 kcal
18.11.2021 czwartek	Kawa inka z mlekiem Kanapka: chleb razowy/pszenny, twarożek masło	mleko, cukier trzcinowy, masło śmietankowe 82%, mąka- gluten ,	Zupa rosół, chleb razowy/pszenny kurczak pieczony, ziemniaki, marchewka z	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, makaron, chleb razowy i pszenny- gluten , podudzia	Mleko, chałka z dżemem, jabłka	mleko, mąka- gluten , jajka, cukier, dżem, jabłka

	śmietankowe, ananas	twarożek, cukier waniliowy ,ananas,	porem i jabłkiem, herbata	z kurczaka, ziemniaki, marchewka, jabłka, por, majonez, herbata czarna		
Wartość kaloryczna		280 kcal		810 kcal		350 kcal
19.11.2021 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 82%, chleb razowy/ pszenny- gluten, wędlina pomidor, ogórek	Zupa fasolowa z kiełbasą, chleb razowy/pszenny, kotlet rybny, ziemniaki, kapusta pekińska, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny, gluten, fasola, kiełbasa, filet z miruny, jajka, ziemniaki, kapusta pekińska, papryka, jabłko cytryna	Mleko, płatki kukurydziane, winogrono	mleko, mąka kukurydziana, jajka, cukier, winogrono
		350kcal		750 kcal		280 kcal