

Jadłospis od 20.12.2021 do 30.12.2021

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
20.12.2021 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, pasztet, bukiet warzyw	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny -gluten, pasztet, pomidor, ogórek	Zupa ogórkowa, chleb razowy/pszenny, schab w sosie, kasza gryczana, surówka z buraków, herbata	porcje rosółowe, włoszczyzna, śmietana, chleb razowy, pszenny -gluten, ogórki kiszane, ziemniaki, schab, kasza gryczana, buraki, herbata	Mleko, kasza manna, wafle ryżowe, mandarynki	mleko, kasza manna, ryż, mandarynka
Wartość kaloryczna		300 kcal		850 kcal		300kcal
21.12.2021 wtorek	Kakao, kanapka: chleb razowy/chleb pszenny z masłem, pasta jajeczna ze szczypiorkiem i rzodkiewką	mleko, kakao, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny -gluten, jajka, szczypior, rzodkiewka	Zupa pomidorowa z ryżem, chleb pszenny/razowy, naleśnik gyros mięsno-warzywny, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy/pszenny -gluten, filet z kurczaka, kukurydza konserwowa, pieczarki, ogórek, cebula, cytryna	Mleko, kisiel, ciastka owsiane winogron	mleko, kisiel, mąka -gluten, cukier, jajka, winogron
Wartość kaloryczna		360kcal		860kcal		350kcal
22.12.2021 środa	Zupa mleczna z zacierką, bułka chałka z masłem i dżemem, słupki z marchewki	mleko, makaron, mąka -gluten, cukier, masło śmietankowe, dżem, marchewka	Zupa kapuśniak zabieleny, chleb razowy/pszenny, kotlet mielony, ziemniaki, korniszon, herbata owocowa	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy/pszenny-gluten, kapusta, mięso mielone z łopatki, ziemniaki, korniszon, herbata owocowa	Mleko, placki z jabłkami	mleko, mąka-gluten, jajka, cukier, jabłka
Wartość kaloryczna		360 kcal		860kcal		200 kcal
23.12.2021 czwartek	Kawa inka z mlekiem, kanapka: chleb razowy/ pszenny z masłem, wędlina, ogórek, pomidor	mleko, kakao, cukier trzcinowy, chleb razowy/pszenny -gluten, wędlina wieprzowa, ogórek, pomidor	Zupa z wkładką rybną, chleb razowy/pszenny, placki ziemniaczane ze śmietaną, mizeria herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny-gluten, filet z miruny, ziemniaki, ogórek świeży herbata	Mleko, płatki corn fleks, gruszka	mleko, mąka kukurydziana, jajka, cukier, jabłka
Wartość		310 kcal		850kcal		300kcal

kaloryczna						
27.12.2021 poniedziałek	Kakao, kanapka: chleb razowy/pszenny, polędwica wieprzowa, bukiet warzyw	mleko, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, polędwica wieprzowa, ogórek, papryka	Zupa z płatkami ryżowymi, chleb razowy/pszenny, placki – pizzerynki, jabłko	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny-gluten, płatki ryżowe, mąka, jajka, parówki wieprzowe, ser żółty, jabłko	Mleko, naleśniki z dżemem, słupki z marchewki	mleko, mąka-gluten, jajka, cukier, dżem, marchewka
Wartość kaloryczna		350 kcal		920kcal		280kcal
28.12.2021 wtorek	Kakao, kanapka: chleb razowy/pszenny, wędlina, masło śmietankowe, ogórek, pomidor	mleko, kakao, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, mąka -gluten, wędlina wieprzowa, ogórek, pomidor	Zupa szczawiowa, chleb razowy/pszenny, kotlet schabowy, ziemniaki, marchewka duszona, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny-gluten, kapusta kiszona, schab wieprzowy, jajka, ziemniaki, marchewka, herbata	Mleko, faworki własny wypiek, winogron	mleko, jajka, mąka -gluten, cukier, winogron
Wartość kaloryczna		340 kcal		750 kcal		300kcal
29.12.2021 środa	Kawa inka z mlekiem, kanapka: chleb razowy/pszenny, ser żółty masło śmietankowe, papryka	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, chleb razowy/pszenny - gluten, ser żółty, papryka	Zupa gulaszowa, chleb razowy/pszenny, kluski z cynamonem i śmietaną, mandarynka	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny-gluten, szynka wieprzowa, ziemniaki, koncentrat pomidorowy, mąka, jajka, cynamon, mandarynki	Pudding waniliowy, ciastka domowe, słupki z marchewki	mleko, budyń, mąka -gluten, cukier, jajka, marchewka
Wartość kaloryczna		360 kcal		900 kcal		300 kcal
30.12.2021 czwartek	Kawa inka z mlekiem, kanapka: chleb razowy/pszenny, masło śmietankowe, wędlina, ogórek	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, mąka -gluten, wędlina, ogórek	Zupa rosół, chleb razowy/pszenny, paszteciki z mięsem drobiowym, ogórek słupki, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, ziemniaki, chleb razowy i pszenny -gluten, mięso mielone drobiowe, ogórek, herbata	Mleko, mlekołaki, banan	mleko, mąka-gluten, jajka, cukier, banan
Wartość kaloryczna		290 kcal		810 kcal		350 kcal