

## Jadłospis od 02.05.2022 do 13.05.2022

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
<b>02.05.2022</b> <b>poniedziałek</b>	Kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, jajko, papryka	mleko, kakao, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, jajko, papryka	Zupa kartoflanka, chleb pszenny/razowy, kiełbasa pieczona, korniszon, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy/ pszenny- gluten, ziemniaki, mąka-gluten, kiełbasa wieprzowa, korniszon, herbata	Mleko, ciastka, jabłko	mleko, mąka- gluten, jajka, cukier, jabłko
		320 kcal		940 kcal		300kcal
<b>03.05..2022</b> <b>wtorek</b>	<b>wolne</b>					
<b>Wartość</b> <b>kaloryczna</b>		360kcal		800 kcal		360kcal
<b>04.05.2022</b> <b>środa</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, pasztet, ogórek	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny- gluten, pasztet, ogórek	Zupa barszcz ukraiński, chleb razowy/pszenny, naleśniki z serem, woda z cytryna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy/ pszenny- gluten, fasola, buraki, kapusta biała, mąka-gluten, jajka, twaróg, cytryna	Mleko, płatki corn fleks, banan	mleko, mąka kukurydziana, banan
<b>Wartość</b> <b>kaloryczna</b>		360 kcal		900 kcal		200 kcal
<b>05.05.2022</b> <b>czwartek</b>	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi, baton z masłem i dżemem, słupki z marchewki	mleko, cukier trzciniowy, masło śmietankowe, płatki ryżowe, mąka-gluten, jajka, dżem, marchewka	Zupa rosół, chleb razowy/pszenny, pieczone podudzia z kurczaka, ryż, marchewka duszona, herbata zielona	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy/ pszenny -gluten, makaron- gluten, podudzia z kurczaka, ryż, marchewka, herbata zielona	Budyń, ciasto własnego wypieku z jabłkami	mleko, budyń, mąka-gluten, jajka, jabłka
<b>Wartość</b> <b>kaloryczna</b>		380 kcal		900 kcal		350kcal
<b>06.05.2022</b> <b>piątek</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ pszenny, kiełbasa krakowska, ogórek	mleko, kawa inka, cukier trzciniowy, masło śmietankowe, mąka- gluten, kiełbasa krakowska, ogórek świeży	Zupa jarzynowa, chleb razowy/pszenny, kotlet rybny, kasza jęczmienna, buraczki, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy/ pszenny- gluten, ziemniaki, filet z miruny, jajka, kasza jęczmienna, buraki, herbata	Mleko, kisiel, ciastka korzenne, banan	mleko, kisiel, mąka- gluten, jajka, kakao, banan
<b>Wartość</b> <b>kaloryczna</b>		300 kcal		950 kcal		300kcal

09.05.2022 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło śmietankowe, wędlna drobiowa, pomidor	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe mąka -gluten, wędlna drobiowa, pomidor	Zupa krupnik, chleb razowy/pszenny, bigos z mięsem, ziemniaki, herbata z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy/ pszenny- gluten, kasza jęczmienna, ziemniaki, kapusta, łopatka wieprzowa, koncentrat pomidorowy, herbata, cytryna	Mleko, bułka chałka z dżemem, jabłko	mleko, mąka- gluten, jajka, cukier, jabłko
Wartość kaloryczna		350 kcal		910kcal		320 kcal
10.05.2022 wtorek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło śmietankowe, ser żółty, papryka	mleko, kawa inka, mąka -gluten, masło śmietankowe, cukier, ser żółty, papryka	Zupa pieczarkowa z makaronem, chleb razowy/pszenny kotlet z fileta, ziemniaki, surówka wielowarzywna woda z syropem	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy/ pszenny -gluten, pieczarki, makaron-gluten, filet z kurczaka, jajka, ziemniaki, kapusta biała, kapusta czerwona, papryka, syrop	Mleko, naleśniki gruszka	mleko, mąka- gluten, cukier, jajka, gruszka
Wartość kaloryczna		360 kcal		750 kcal		300 kcal
11.05.2022 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło wędlna wieprzowa, ogórek	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, mąka -gluten, wędlna wieprzowa, ogórek	Zupa ogórkowa, chleb razowy/pszenny, makaron z truskawkami,	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy/ pszenny -gluten, ogórki kiszzone, ziemniaki, makaron- gluten, truskawki	Mleko, jajecznica z batonem i szczypiorkiem słupki z marchewki	mleko, mąka – gluten, jajka, szczypiork, marchewka
Wartość kaloryczna		320 kcal		960 kcal		360 kcal
12.05.2022 czwartek	Kakao, kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło śmietankowe, twarożek, rzodkiewka	mleko, kakao, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, mąka- gluten, twaróg, rzodkiewka	Zupa koperkowa z kluskami, chleb razowy/ pszenny, sztuka mięsa w sosie własnym, kasza gryczana, ogóreczki konserwowe, kompot z owoców mrożonych	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy/ pszenny -gluten, mąka-gluten jajka, koperek, schab, kasza gryczana, ogórek konserwowy, owoce mrożone	Budyń, płatki czekoladowe nesquik, jabłko	mleko, budyń, mąka kukurydziana, kakao, cukier, jabłko
Wartość kaloryczna		290 kcal		860 kcal		350 kcal
13.05.2022 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy,	Zupa szczawiowa, chleb razowy/pszenny, porcja	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy.	Herbata, jogurt owocowy,	herbata, jogurt owocowy, mąka-

	pszenny, masło śmietankowe, wędlina, pomidor	masło śmietankowe, mąka- gluten, wędlina, pomidor	ryby, ziemniaki, surówka z rzepy, herbata	pszenny -gluten, szczaw , ziemniaki, filet z miruny, jajka, rzepa, herbata	herbatniki, słupki z marchewki	gluten, jajka, marchewka
Wartość kaloryczna		350kcal		890 kcal		330 kcal