

Jadłospis od 04.04.2022 do 15.04.2022

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
04.04.2022 poniedziałek	Kawa inka, Kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, pasztet, ogórek	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, chleb razowy i pszenny -gluten, pasztet, ogórek	Zupa kapuśniak, chleb razowy/pszenny, makaron spaghetti z papryką i marchewką, woda z sokiem naturalnym	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy, pszenny -gluten, kapusta słodka, mąka -gluten, mięso mielone z łopatki, papryka marchewka, sos boloński, makaron-gluten, sok naturalny	Budyń, wafelki gruszka	mleko, budyń, mąka -gluten, jajka, gruszki
Wartość kaloryczna		320 kcal		940 kcal		300kcal
05.04.2022 wtorek	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi, bułka chałka z dżemem, słupki z marchewki	mleko, płatki ryżowe, mąka -gluten, jajka, dżem, marchewka	Zupa koperkowa z ryżem, chleb pszenny /razowy, kiełbasa biała pieczona, ziemniaki, korniszon, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy, pszenny – gluten, ryż, koperek, kiełbasa biała parzona, ziemniaki, ogórek korniszon, herbata	Mleko, ciasto własnego wypieku z jabłkami	mleko, mąka-gluten, jajka, cukier, jabłka
Wartość kaloryczna		360kcal		900kcal		360kcal
06.04.2022 środa	Kawa inka, Kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, wędlina, ogórek	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlina, ogórek	Zupa gotąbkowa, chleb razowy/pszenny, kotlet ziemniaczany z sosem pieczarkowym jabłko, herbata owocowa	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy /pszenny,- gluten, kapusta, ziemniaki, koncentrat pomidorowy, mięso mielone, pieczarki, jajka, jabłka, herbata owocowa	Mleko, baton z jajecznicą, banan	mleko, mąka-gluten, jajka, banan
Wartość kaloryczna		360 kcal		960 kcal		200 kcal
07.04.2022 Czwartek	Kawa inka, Kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, ser żółty, papryka	mleko, kawa inka mąka -gluten, ser żółty, papryka	Zupa jarzynowa, chleb razowy/pszenny, schab w sosie własnym, kasza gryczana, buraczki woda z cytryna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny-gluten, ziemniaki, schab, kasza gryczana, buraki, cytryna	Mleko, galaretka z truskawkami, ciastka korzenne	mleko, mąka-gluten, jajka, truskawki, galaretka
Wartość kaloryczna		310 kcal		900 kcal		340kcal

08.04.2022 piątek	Kawa inka Kanapka: chleb razowy/ pszenny, wędlina, ogórek	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, wędlina, ogórek świeży	Zupa barszcz ukraiński, chleb razowy/pszenny, kotlet rybny, ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, buraki, fasola, filet z miruny, jajka, ziemniaki, kapusta czerwona, herbata	Serek waniliowy, wafle ryżowe słupki z marchewki, herbata	serek waniliowy, ryż, marchewka herbata
Wartość kaloryczna		300 kcal		860 kcal		300kcal
11.04.2022 poniedziałek	Kakao Kanapka: chleb razowy/ pszenny masło śmietankowe, wędlina, pomidor	mleko, kakao, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, wędlina, pomidor	Zupa krupnik, chleb razowy/pszenny, bigos, ziemniaki, herbata z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny-gluten, ziemniaki, kasza jęczmienna, kapusta, łopatka wieprzowa, herbata, cytryna	Mleko, ciastka, banan	mleko, mąka-gluten, jajka, cukier, banan
Wartość kaloryczna		350 kcal		920kcal		230 kcal
12.04.2022 wtorek	Kakao Kanapka: chleb razowy/ pszenny masło śmietankowe, jajko, papryka	mleko, kakao, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, mąka-gluten, jajko, papryka	Zupa barszcz czerwony, chleb razowy/pszenny naleśniki z mięsem, sałatka z kiszzonego ogórka z porem i marchewką, kompot	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny - gluten, buraki, mąka-gluten, jajka, mięso mielone z łopatki, ogórki kiszzone, por, marchewka, musztarda, owoce mrożone	Mleko, pączki serowe własnego wypieku jabłko	mleko, mąka - gluten, jajka, serek waniliowy, cukier, jabłko
Wartość kaloryczna		340 kcal		750 kcal		300 kcal
13.04.2022 środa	Kawa inka z mlekiem Kanapka: chleb razowy/pszenny, masło śmietankowe, wędlina wieprzowa, papryka	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe chleb razowy/ pszenny -gluten, wędlina, papryka	Zupa neopolitańska, chleb razowy/pszenny, makaron z truskawkami, herbata czarna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny-gluten, makaron-gluten, szczypior, serek topiony, herbata	Mleko, kasza manna z sokiem, mandarynka, herbata	mleko, kasza manna, sok naturalny, mandarynki, herbata
Wartość kaloryczna		400 kcal		960 kcal		360 kcal
14.04.2022 czwartek	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi baton z masłem, twarożek ze szczypiorkiem i	mleko, cukier trzcinowy, płatki ryżowe, masło śmietankowe mąka-gluten, twaróg,	Zupa pieczarkowa z makaronem, chleb razowy/pszenny, kotlet z fileta, ryż, surówka z pora, marchewki i jabłka	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, makaron-gluten pieczarki, filet z kurczaka, jajka, ryż,	Mleko, naleśniki z dżemem, gruszki	Mleko, mąka-gluten, jajka, cukier Dżem, gruszki

	rzodkiewka	szczypior, rzodkiewka	herbata	marchewka, por, jabłka, herbata		
Wartość kaloryczna		290 kcal		860 kcal		350 kcal
15.04.2022 piątek	Kawa inka z mlekiem Kanapka: chleb razowy/ pszenny masło śmietankowe, kiełbasa krakowska, pomidor	mleko , kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe , mąka -gluten , kiełbasa krakowska, pomidor	Zupa pomidorowa z makaronem, chleb razowy/pszenny, ryba w sosie koperkowym, kasza jęczmienna, kapusta kiszona, woda z sokiem	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny- gluten , koncentrat pomidorowy, makaron- gluten , filet z miruny, kasza jęczmienna, koperek, kapusta kiszona, sok naturalny	Mleko, bułeczka z cynamonem, słupki z marchewki	Mleko , mąka- gluten , jajka, cynamon, cukier, marchewka
Wartość kaloryczna		350kcal		870 kcal		260 kcal