

## Jadłospis od 18.04.2022 do 29.04.2022

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
18.04.2022 poniedziałek	<b>Wielkanoc</b>					
19.04.2022 wtorek	Kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, jajko, papryka	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy/ pszenny - gluten, jajko, papryka	Zupa kartoflanka, chleb pszenny/razowy, parówka zapiekana w cieście naleśnikowym, korniszon, herbata	porcje rosółowe, włoszczyzna, śmietana, chleb razowy, pszenny-gluten, parówki z szynki, ziemniaki, mąka-gluten, jajka, ogórek korniszon, herbata	Mleko, kisiel z truskawkami, słodka ptysiowa,	mleko, kisiel, truskawki, jajka, cukier, mąka-gluten
Wartość kaloryczna		360kcal		800 kcal		360kcal
20.04.2022 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, pasztet, ogórek	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, chleb razowy/ pszenny -gluten, pasztet, ogórek	Zupa z groszku zielonego i marchewki, chleb razowy/ pszenny, serniczki, woda z cytryna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, groszek zielony, marchewka, ziemniaki, chleb razowy/ pszenny- gluten, twaróg, mąka -gluten, cytryna	Budyń, ciastka owsiane, jabłko	mleko, budyń mąka-gluten, jajka, cukier, jabłko
Wartość kaloryczna		360 kcal		900 kcal		200 kcal
21.04.2022 czwartek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, wędlina drobiowa, pomidor	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, wędlina drobiowa, ogórek świeży	Zupa szczawiowa z jajkiem, chleb razowy/ pszenny, gulasz wieprzowo-warzywny, kasza bulgur, kompot z owoców mrożonych	porcje rosółowe, jajko, śmietana, włoszczyzna, ziemniaki, szczaw konserwowy, chleb razowy/ pszenny- gluten, cebula, łopatka wieprzowa, pieczarki, papryka, kasza bulgur, owoce mrożone	Mleko, jajecznica z batonem, banan	mleko, jajka, mąka-gluten, banan
Wartość kaloryczna		310 kcal		900 kcal		340kcal
22.04.2022 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ pszenny, kiełbasa krakowska, ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, kiełbasa krakowska, ogórek świeży	Zupa grochówka, chleb razowy/pszenny, ryba panierowana, ziemniaki, surówka z rzepy, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, groch, filet z miruny, jajka, ziemniaki, rzepa, herbata	Mleko, babka piaskowa, słupki z marchewki	mleko, mąka-gluten, jajka, cukier, marchewka
Wartość kaloryczna		300 kcal		900 kcal		300kcal

<b>25.04.2022</b> <b>poniedziałek</b>	Kakao, kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło śmietankowe, pasta jajeczna, pomidor	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, jajka, majonez, pomidor	Zupa rosół, chleb razowy/ pszenny, pieczone podudzia z kurczaka, ziemniaki, ogórek, woda z sokiem	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, makaron-gluten, ziemniaki, podudzia z kurczaka, ogórek, sok naturalny	Mleko, ciastka, banan	mleko, mąka- gluten, jajka, cukier, banan
<b>Wartość kaloryczna</b>		350 kcal		920kcal		320 kcal
<b>26.04.2022</b> <b>wtorek</b>	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi, bułka chałka z masłem i dżemem, słupki z marchewki	mleko, płatki ryżowe, mąka- gluten, cukier, jajka, dżem, marchewka	Zupa biały barszcz, chleb razowy/pszenny kiełbasa pieczona, ziemniaki, sałatka szwedzka, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny - gluten, ziemniaki, kiełbasa biała parzona, korniszon, herbata	Mleko, kisiel, wafelki, jabłko	mleko, kisiel, mąka-gluten, cukier, jajka, jabłko
<b>Wartość kaloryczna</b>		340 kcal		750 kcal		300 kcal
<b>27.04.2022</b> <b>środa</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło śmietankowe, pasztet, ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe chleb razowy/ pszenny - gluten, pasztet, ogórek	Zupa chrzanowa, chleb razowy/pszenny, makaron z serem i cynamonem, jabłko, herbata czarna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny - gluten, chrzan , boczek wędzony, jajka, szczypior, makaron -gluten, twaróg, cynamon, jabłko, herbata	Mleko, grzanki na słodko, banan	mleko, mąka – gluten, jajka, cukier, banan
<b>Wartość kaloryczna</b>		320 kcal		960 kcal		360 kcal
<b>28.04.2022</b> <b>czwartek</b>	Kakao, kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło śmietankowe, twarożek, rzodkiewka	mleko, cukier, płatki ryżowe, masło śmietankowe, mąka- gluten, twaróg, rzodkiewka	Zupa pomidorowa z makaronem, chleb razowy/pszenny, kotlet drobiowy z serem, ziemniaki, marchewka z jabłkiem, woda z cytryna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, koncentrat pomidorowy, makaron-gluten, filet z kurczaka, jajka, ser żółty, majonez, marchewka, jabłka, cytryna	Herbata, deser jogurtowo- gruszkowy, wafle ryżowe	herbata, jogurt naturalny, gruszka, wafle ryżowe
<b>Wartość kaloryczna</b>		290 kcal		860 kcal		350 kcal
<b>29.04.2022</b> <b>piątek</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło śmietankowe, połudwica sopocka, papryka	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, mąka -gluten, połędwica sopocka, papryka	Zupa fasola z pęczakiem, chleb razowy/pszenny ryż, ryba po grecku z marchewką, herbata z cytryna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, fasola, pęczak ziemniaki, filet z miruny, ryż, marchewka, cebula, koncentrat pomidorowy, herbata, cytryna	Mleko, bułka stokrotka, jabłko	mleko, mąka- gluten, jajka, cukier, jabłko

<b>Wartość kaloryczna</b>		350kcal		870 kcal		260 kcal
---------------------------	--	---------	--	----------	--	----------