

Jadłospis od 30.05.2022 do 10.06.2022

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
30.05.2022 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, wędlina, papryka	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, chleb razowy/ pszenny -gluten, wędlina, papryka	Zupa pomidorowa z ryżem, chleb pszenny /razowy, kiełbasa pieczona, ziemniaki, mizeria, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy /pszenny- gluten, ryż, koncentrat pomidorowy, kiełbasa biała parzona, ziemniaki, ogórki, herbata	Mleko, kasza manna z sokiem, ciastka domowe, słupki z marchewki	mleko, kasza manna, mąka- gluten, jajka, marchewka, sok
		320 kcal		940 kcal		320kcal
31.05.2022 wtorek	Kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, jajko, ogórek	mleko, kakao, masło śmietankowe, chleb razowy/ pszenny -gluten, jajko, ogórek	Zupa barszcz czerwony, chleb razowy/pszenny, pulpety w sosie, kasza jęczmienna, ogórek małosolny, kompot z owoców mrożonych	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny-gluten, buraki, mięso mielone łopatki, kasza jęczmienna, ogórek, owoce mrożone	Mleko, naleśniki z dżemem, jabłko	mleko, mąka- gluten, jajka, dżem, jabłko
		360kcal		800 kcal		360kcal
01.06.2022 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, polędwica sopocka, pomidor	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, chleb razowy/ pszenny -gluten, polędwica sopocka pomidor	Zupa fasola z pęczakiem, , chleb razowy/pszenny, makaron z truskawkami i serem, herbata czarna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy /pszenny -gluten, fasola, pęczak, makaron – gluten, truskawki, twaróg, herbata czarna	Herbata, budyń, ciastka korzenne, banan	herbata, mleko, budyń, mąka- gluten, jajka, banan
		360 kcal		950 kcal		200 kcal
02.06.2022 czwartek	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi, baton z masłem, twarożek, słupki z marchewki	mleko, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, płatki ryżowe, mąka- gluten, jajka, twaróg, marchewka	Zupa szczawiowa, chleb razowy/pszenny, filet z kurczaka z warzywami w sosie słodko-kwaśnym, ryż, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy/ pszenny -gluten, jajka, szczaw konserwowy, ziemniaki, filet z kurczaka, papryka, pomidory, ryż, cytryna, herbata	Mleko, placki z jabłkami własnego wyrobu	mleko, mąka- gluten, jajka, jabłka
		380 kcal		900 kcal		350kcal

03.06.2022 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ pszenny, kielbasa wieprzowa, ogórek	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, mąka- gluten kielbasa, ogórek świeży	Zupa pieczarkowa z makaronem, chleb razowy/pszenny, kotlet rybny, ziemniaki, pomidor z cebula, herbata zielona	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy/ pszenny -gluten, pieczarki, makaron - gluten, ziemniaki, filet z miruny, pomidor, cebula, herbata zielona	Mleko, bułka stokrotka, banan	mleko, mąka- gluten, jajka, banan
Wartość kaloryczna		300 kcal		950 kcal		300kcal
06.06.2022 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło śmietankowe, pasztet drobiowy, pomidor	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, mąka- gluten, pasztet drobiowy, pomidor	Zupa kapuśniak, chleb razowy/pszenny, gulasz mięsno -warzywny, kasza gryczana, woda z sokiem	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, kapusta, ziemniaki, szynka wieprzowa, papryka, pieczarki, cebula, kasza gryczana, sok naturalny	Mleko, kisiel, flipsy, jabłko	mleko, mąka kukurydziana, kisiel, jabłka
Wartość kaloryczna		350 kcal		900 kcal		320 kcal
07.06.2022 wtorek	Kakao, kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło śmietankowe, ser żółty, ogórek konserwowy	mleko, kakao, mąka- gluten, masło śmietankowe, cukier, ser żółty, ogórek konserwowy	Zupa ogórkowa z ryżem, chleb razowy/pszenny, kotlet schabowy, ziemniaki, sałata, herbata z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy /pszenny - gluten, ryż, ogórki kiszzone, schab, jajka, ziemniaki, sałata, herbata, cytryna	Mleko, galaretka z truskawkami, wafle ryżowe	mleko, galaretka, truskawki, wafle ryżowe -ryż,
Wartość kaloryczna		360 kcal		800 kcal		300 kcal
08.06.2022 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło wędlna wieprzowa, papryka	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, mąka -gluten, wędlna wieprzowa, papryka	Zupa barszcz ukraiński, chleb razowy/pszenny, naleśniki z serem i musem truskawkowym, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy / pszenny -gluten, fasola, buraki, ziemniaki, mąka- gluten, twaróg, jajka, mleko, truskawki, cytryna	herbata, baton z masłem, jajecznicą ze szczypiorkiem	herbata, mąka- gluten, masło śmietankowe, jajka, mleko, szczypior
Wartość kaloryczna		320 kcal		940 kcal		360 kcal
09.06.2022 czwartek	Zupa mleczna z makaronem, bułka chałka z masłem i dżemem	mleko, makaron – gluten, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, mąka- gluten, jajka, dżem,	Zupa zacierka z koperkiem, chleb razowy /pszenny, wałeczki drobiowe w sosie, kasza	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy / pszenny -gluten, mąka – gluten, jajka, koper, filet z kurczaka, kasza bulgur,	Mleko, płatki corn fleks, banan	mleko, mąka kukurydziana, banan

	Słupki z marchewki	marchewka	bulgur, korniszon, herbata owocowa	herbata		
Wartość kaloryczna		290 kcal		860 kcal		350 kcal
10.06.2022 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło śmietankowe, wędlina, pomidor	mleko, kawa inka, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, mąka -gluten, wędlina, pomidor	Zupa grochówka z boczkem, chleb razowy /pszenny, ryż, ryba z ananasem, herbata owocowa	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, groch, ziemniaki, boczek wędzony, filet z miruny, ananas, cebula, marchewka, seler, ryż, herbata owocowa	Mleko, ciastka owsiane, jabłko	mleko, mąka- gluten, jajka, cukier, jabłko
Wartość kaloryczna		350kcal		900 kcal		330 kcal