

## Jadłospis od 02.01.2023 do 13.01.2023

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
<b>02.01.2023</b> poniedziałek	Kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlina, ogórek	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlina, ogórek	Zupa jarzynowa, chleb razowy/pszenny, kiełbasa pieczona, ziemniaki , kapusta chińska, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, ziemniaki, kiełbasa biała parzona, kapusta biała, marchewka, herbata	Mleko, budyń, ciastka, jabłko	mleko, cukier, mąka -gluten, jajka, jabłko
Wartość kaloryczna		320 kcal		980 kcal		360kcal
<b>03.01.2023</b> wtorek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem jajko, papryka	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenny - gluten, jajko, papryka	Zupa barszcz czerwony, chleb razowy/pszenny, naleśniki z pasztetową, ogórek kiszony, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, buraki, mąka- gluten, mleko, jajka, pasztetowa, ogórki kiszone, cytryna	Mleko, bułka stokrotka, słupki z marchewki	mleko, mąka- gluten, jajka, marchewka
Wartość kaloryczna		320 kcal		970 kcal		320 kcal
<b>04.01.2023</b> środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem szynka wieprzowa, ogórek	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenny- gluten, wędlina wieprzowa, ogórek	Zupa fasola z pęczakiem, chleb razowy/pszenny, serniczki z musem truskawkowym, herbata z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny-gluten, fasola, pęczak, makaron -gluten, twaróg, jajka, truskawki, cytryna	Mleko, kisiel, flipsy, mandarynki	mleko, kisiel, mąka kukurydziana, mandarynki
Wartość kaloryczna		360 kcal		990 kcal		360kcal
<b>05.01.2023</b> czwartek	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi, bułka chałka z masłem i dżemem, słupki z marchewki	mleko, płatki ryżowe, masło śmietankowe, cukier, mąka- gluten, dżem, słupki z marchewki	Zupa szczawiowa, chleb razowy/pszenny, pieczone eskalopki z kurczaka, ziemniaki, marchewka duszona, woda z syropem	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, szczaw konserwowy, jajka, filet z kurczaka, ziemniaki, marchewka, masło, syrop	Mleko, ciastka banan	mleko, mąka- gluten, jajka, cukier, banany
Wartość kaloryczna		300 kcal		980 kcal		330kcal
<b>06.01.2023</b> piątek	wolne					

09.01.2023 poniedziałek	wolne					
10.01.2023 wtorek	Kakao, kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło śmietankowe, pasztet wieprzowy, pomidor	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, mąka- gluten, pasztet wieprzowy, pomidor	Zupa chrzanowa, chleb razowy/pszenny, makaron z serem i cynamonem, mandarynka, herbata czarna z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny-gluten, chrzan, boczek wędzony, szczypior, jajka, makaron- gluten, twaróg, cynamon, mandarynka , cytryna, herbata	Mleko Jajecznicza, chleb z masłem, jabłko	mleko, jajka, mąka- gluten, masło, jabłko
Wartość kaloryczna		320 kcal		950 kcal		360 kcal
11.01.2023 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło śmietankowe, twarożek z ogórkiem i szczypiorkiem	mleko, kawa inka cukier trzcinowy, masło śmietankowe, mąka -gluten, twarożek, szczypior, ogórek	Zupa biały barszcz, chleb razowy/pszenny, kotlet schabowy, ziemniaki, buraczki, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, ziemniaki, schab, jajka, buraki, cytryna	Mleko, kasza manna z sokiem, biszkopty, słupki z marchewki	mleko, kasza manna, sok, mąka- gluten, jajka,
Wartość kaloryczna		290 kcal		1000 kcal		350 kcal
12.01.2023 czwartek	Kakao, kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło śmietankowe, ser żółty, ogórek	mleko, kakao, cukier masło śmietankowe mąka -gluten, ser żółty, ogórek	Zupa pomidorowa, chleb razowy/pszenny, gulasz mięсно-warzywny, kasza gryczana, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, ryż, topatka wieprzowa, pieczarki, papryka, cebula, marchewka, kasza gryczana, herbata	Mleko, placki z jabłkami	mleko, mąka- gluten, mąka - gluten, jajka, cukier, jabłko
Wartość kaloryczna		350 kcal		890 kcal		340kcal
13.01.2023 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ pszenny, masło śmietankowe, kiełbasa krakowska papryka	Mleko, kawa inka, masło śmietankowe, cukier, mąka - gluten, kiełbasa krakowska, papryka	Zupa krupnik, chleb razowy/pszenny, porcja ryby, ziemniaki, kapusta kiszona, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, kasza jęczmienna, ziemniaki, jajka, filet z miruny, kapusta kiszona, cytryna	Mleko, ciastka banan	mleko, mąka – gluten, jajka, cukier, banan
Wartość kaloryczna		320 kcal		890 kcal		350 kcal