

Jadłospis od 18.04.2023 do 28.04.2023

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
Wartość kaloryczna		320 kcal		980 kcal		370 kcal
18.04. 2023 wtorek	kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem pasta jajeczna, ogórek konserwowy	mleko , kakao, masło śmietankowe , cukier, chleb razowy, pszenny - gluten , jajko , ogórek konserwowy	Zupa ogórkowa, chleb razowy/pszenny, makaron z truskawkami, herbata czarna	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny - gluten ziemniaki, ogórki kiszane, makaron – gluten , truskawki, herbata czarna	Mleko , budyń, ciastka, jabłko	mleko , budyń, mąka - gluten , cukier, jajka , jabłko
Wartość kaloryczna		340 kcal		970 kcal		320 kcal
19.04.2023 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, kiełbasa krakowska, pomidor	mleko , kawa inka, masło śmietankowe , cukier, chleb razowy, pszenny- gluten , kiełbasa krakowska, pomidor	Zupa pomidorowa z makaronem, chleb razowy/pszenny, filet z kurczaka w sosie porowym, kasza bulgur, ogórek konserwowy, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny- gluten , koncentrat pomidorowy, makaron - gluten , filet z kurczaka, por, kasza bulgur, ogórek konserwowy, cytryna	Mleko , chleb z masłem, jajecznica, jabłko	mleko , jajka , masło , chleb – gluten , jabłko
Wartość kaloryczna		320 kcal		1100 kcal		360 kcal
20.04.2023 czwartek	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi, bułka chałka z masłem i dżemem, słupki z marchewki	Mleko , płatki ryżowe, mąka- gluten , jajka , masło śmietankowe , dżem marchewka	Zupa biały barszcz, chleb razowy/pszenny, kotlet mielony, surówka z buraków, ziemniaki, herbata	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny - gluten , ziemniaki, mięso mielone z łopatki, jajka , buraki, herbata	Mleko , kasza manna z sokiem, flipsy kukurydżiane, słupki z marchewki	mleko , kasza manna, syrop owocowy, mąka kukurydżiana, marchewka
Wartość kaloryczna		360 kcal		980 kcal		330 kcal
21.04.2023 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlina wieprzowa, papryka	mleko , kawa inka, cukier, masło śmietankowe , chleb razowy, pszenny - gluten , wędlina wieprzowa, papryka	Zupa szczawiowa, chleb razowy/pszenny, porcja ryby, ziemniaki, rzepa, woda z syropem	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny - gluten , szczaw konserwowy, jajka , ziemniaki, , filet z miruny, rzepa, majonez, syrop	Mleko , płatki czekoladowe jabłko,	mleko , mąka- gluten , jajka , cukier, jabłko
Wartość		350 kcal		980kcal		320 kcal

kaloryczna						
24.04.2023 poniedziałek	kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem pasztet, ogórek	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, pasztet, ogórek	Zupa krupnik, chleb razowy, bigos, ziemniaki, kompot	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, kasza jęczmienna, ziemniaki, kapusta, łopatka wieprzowa, mieszanka owoców leśnych mrożonych	Mleko, bułka chałka z masłem i dżemem, jabłko	mleko, mąka- gluten, jajka, cukier, jabłko
Wartość kaloryczna		320 kcal		990 kcal		330 kcal
25.04.2023 wtorek	Kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem ser żółty, ogórek	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, ser żółty, ogórek	Zupa ziemniaczana z płatkami ryżowymi, chleb razowy, pszenny, kurczak po meksykańsku, ryż, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, płatki ryżowe, ziemniaki, filet z kurczaka, kukurydza konserwowa, fasola, papryka, cukinia, marchewka, ryż, herbata	Mleko, deser jogurtowo bananowy, ciastka herbatniki	mleko, jogurt naturalny, banany
Wartość kaloryczna		350 kcal		980 kcal		320 kcal
26.04.2023 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlina wieprzowa, pomidor	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, polędwica wieprzowa, pomidor	Zupa kalafiorowa, chleb razowy/pszenny, naleśniki z serem i musem truskawkowym, herbata z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, kalafior, ziemniaki, mąka -gluten, jajka, mleko, twaróg, truskawki, herbata ,cytryna	Mleko, grzanki, jabłko	mleko, mąka- gluten, jajka, jabłko
Wartość kaloryczna		320 kcal		990 kcal		320 kcal
27.04.2023 czwartek	Kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, twaróg, rzodkiewka, szczypior	Zupa rosół, chleb razowy /pszenny, kurczak pieczony, ziemniaki, marchewka duszona, kompot z owoców mrożonych	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, makaron – gluten, podudzia z kurczaka, ziemniaki, marchewka, owoce mrożone	Mleko, galaretka z truskawkami biszkopty	mleko, galaretka, mąka-gluten, jajka, cukier, truskawki
Wartość kaloryczna		320 kcal		980 kcal		330 kcal

28.04.2023 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem polędwica drobiowa, papryka	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, polędwica drobiowa, papryka,	Zupa grochówka z kiełbasą, chleb razowy /pszenny, kotlet rybny, ziemniaki, kapusta kiszona, woda z cytryna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, groch, ziemniaki, filet z miruny, jajka, kapusta kiszona, cytryna	Mleko, płatki cini minis, banan	Mleko, mąka- gluten, cukier, jajka, banan
Wartość kaloryczna		300 kcal		910 kcal		260 kcal