

## ZMIANA Jadłospis od 04.09. – 15.09.2023

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
<b>04.09.2023</b> Poniedziałek przedszkole	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlina, papryka	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenno- gluten, wędlina, papryka	Zupa barszcz czerwony, chleb pszenny/razowy, kotlet mielony pieczony, kasza gryczana, mizeria, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, mąka –gluten, buraki, mięso mielone z łopatki jajka, ogórek, herbata	Mleko, placki z jabłkami	mleko, mąka- gluten, cukier, jajka, jabłka
Wartość kaloryczna		360 kcal		980 kcal		370 kcal
<b>05.09. 2023</b> wtorek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, jajko, ogórek	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenno- gluten, jajko, ogórek	Zupa krupnik, chleb pszenny/razowy, bigos, ziemniaki, herbata czarna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ziemniaki, kasza jęczmienna, kapusta, łopatka wieprzowa, herbata czarna	Mleko, kasza manna z sokiem, flipsy, jabłko	mleko, kasza manna, syrop, mąka kukurydziana, jabłko
Wartość kaloryczna		340 kcal		970 kcal		320 kcal
<b>06.09.2023</b> środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, kiełbasa szynkowa, papryka	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenno- gluten, kiełbasa szynkowa ,papryka	Zupa fasola z kiełbasą, chleb pszenny/razowy, makaron z serem i cynamonem, śliwka, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, fasola, kiełbasa podwawelska, makaron – gluten, twaróg, cynamon, śliwka, cytryna	Mleko, chleb z masłem , jajecznicą, jabłka	mleko, mąka- gluten, masło śmietankowe, jajka, jabłko
Wartość kaloryczna		320 kcal		1100 kcal		360 kcal
<b>07.09.2023</b> czwartek	Kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem twarożek z ogórkiem	mleko, kakao, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenno- gluten, twaróg, ogórek,	Zupa rosół, chleb razowy/pszenny, podudzia z kurczaka pieczone, ryż, marchewka duszona, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, makaron – gluten, podudzia z kurczaka, ryż, marchewka, masło, herbata	Mleko, ciastka owsiane, banan	mleko, mąka- gluten, jajka, cukier, banan
Wartość kaloryczna		360 kcal		970 kcal		330 kcal
<b>08.09.2023</b> piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb	Zupa jarzynowa, chleb razowy/pszenny, porcja	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, miruna, jajka,	Mleko, płatki mlekołaki,	mleko, mąka – gluten, cukier, gruszka

	pszenny z masłem schab pieczony, pomidor	razowy, pszenny - <b>gluten</b> , schab pieczony, pomidor	ryby, ziemniaki, surówka z białej kapusty, woda z cytryna	ziemniaki, kapusta, cytryna	gruszka	
<b>Wartość kaloryczna</b>		350 kcal		980 kcal		320 kcal
<b>11.09.2023</b> <b>poniedziałek</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlina drobiowa, papryka	<b>mleko</b> , kawa inka cukier, <b>masło śmietankowe</b> , chleb razowy, pszenny - <b>gluten</b> , wędlina drobiowa, papryka	<b>Zupa ogórkowa, chleb razowy, spaghetti z warzywami, herbata</b>	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , ogórki kiszzone, makaron – <b>gluten</b> , ziemniaki, pomidor, papryka, mięso mielone z łopatki, jabłko, herbata	Mleko, kisiel, wafle ryżowe, jabłko	<b>mleko</b> , kisiel, ryż, jabłko
<b>Wartość kaloryczna</b>		320 kcal		990 kcal		330 kcal
<b>12.09.2023</b> <b>wtorek</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, pasta jajeczna, ogórek	<b>mleko</b> , kawa inka, cukier, <b>masło śmietankowe</b> , jajka, majonez, ogórek	Zupa szczawiowa, chleb razowy/pszenny, filet w sosie porowym, kasza bulgur, woda z cytryną	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , szczaw konserwowy, <b>jajka</b> , ziemniaki, filet z kurczaka, cebula, por, kasza bulgur, cytryna	Mleko, budyń, flipsy, banany	<b>mleko</b> , budyń mąka kukurydziana, banany
<b>Wartość kaloryczna</b>		350 kcal		980 kcal		320 kcal
<b>13.09.2023</b> <b>środa</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, pasztet, ogórek	<b>mleko</b> , kakao, cukier, <b>masło śmietankowe</b> , chleb razowy, pszenny - <b>gluten</b> , pasztet, ogórek	<b>Zupa barszcz ukraiński, chleb razowy/pszenny, makaron z truskawkami, herbata</b>	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , buraki, fasola, kapusta biała, ziemniaki, makaron – <b>gluten</b> , truskawki, <b>twaróg</b> , herbata	Mleko, bułka z masłem, jabłka	<b>mleko</b> , mąka – <b>gluten</b> , jajka, jabłko
<b>Wartość kaloryczna</b>		320 kcal		1100 kcal		320 kcal
<b>14.09.2023</b> <b>czwartek</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem ser żółty, pomidor	<b>mleko</b> , kakao, cukier, <b>masło śmietankowe</b> , chleb razowy, pszenny - <b>gluten</b> , <b>ser żółty</b> , pomidor	Zupa pieczarkowa z makaronem ,chleb pszenny/razowy, kotlet schabowy, ziemniaki, ogórek małosolny, herbata owocowa	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , pieczarki, makaron – gluten, schab, jajka, ziemniaki, ogórek, herbata owocowa	Mleko, deser jogurtowo-bananowy ciastka,	<b>mleko</b> , jogurt naturalny, banany, mąka - <b>gluten</b> , <b>jajka</b> , cukier
<b>Wartość kaloryczna</b>		320 kcal		900 kcal		360 kcal

<p><b>15.09.2023</b></p> <p><b>Piątek</b></p>	<p>Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlna, pomidor</p>	<p>mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlna, pomidor</p>	<p>Zupa grochówka z boczkiem, chleb razowy/pszenny, ryba w sosie koperkowo – śmietanowym, kasza jęczmienna, buraczki, woda z cytryną</p>	<p>porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, groch, boczek wędzony, filet z miruny, koperek, kasza jęczmienna, buraki, cytryna</p>	<p>Mleko, ciasto z jabłkami własnego wypieku</p>	<p>mleko, mąka- gluten, jajka, cukier, jabłko</p>
<p><b>Wartość kaloryczna</b></p>		<p>300 kcal</p>		<p>920 kcal</p>		<p>260 kcal</p>