

Jadłospis od 27.11. 08.12.2023

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
27.11.2023 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlina, pomidor	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenno-gluten, wędlina, pomidor	Zupa biały barszcz, chleb pszenny/razowy, gałka mięsna w sosie pomidorowym, kasza gryczana, buraczki, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, mięso mielone z łąpatki, jajka, koncentrat pomidorowy, kasza gryczana, buraki, herbata	Mleko, naleśniki z dżemem, jabłka	mleko, mąka-gluten, jajka, dżem, jabłko
Wartość kaloryczna		360 kcal		990 kcal		370 kcal
28.11. 2023 wtorek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, jajko, ogórek	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenno-gluten, jajka, ogórek	Zupa jarzynowa, chleb pszenny/razowy, kurczak pieczony, ryż, marchewka , woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ziemniaki, podudzia z kurczaka, ryż, marchewka, cytryna	Mleko, kasza manna z sokiem, flipsy, jabłka	mleko, kasza manna, sok, mąka kukurydziana, jabłka
Wartość kaloryczna		340 kcal		980 kcal		380 kcal
29.11.2023 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem kielbasa szynkowa, pomidor	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenno-gluten, kielbasa wieprzowa, pomidor	Zupa gulaszowa, chleb pszenny/razowy, racuchy drożdżowe z jabłkami, herbata czarna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ziemniaki, łąpatka wieprzowa, papryka, mąka – gluten, jajka, drożdże, jabłka, , herbata czarna	Mleko, baton z masłem, jajecznicza ogórek	mleko, jajka, mąka – gluten, masło śmietankowe, ogórek
Wartość kaloryczna		340 kcal		970 kcal		260 kcal
30.11.2023 czwartek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem ser żółty, papryka	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenno-gluten, ser żółty, papryka	Zupa szczawiowa, chleb pszenny/razowy, carbonara, ogórek konserwowy, herbata owocowa	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, szczaw konserwowy, jajka, ziemniaki, makaron – gluten, kielbasa podwawelska, boczek wędzony, ser żółty, pietruszka, ogórek konserwowy, herbata	Mleko, kisiel, ciastka herbatniki jabłka	mleko, kisiel, jajka, mąka – gluten, masło śmietankowe, jabłka
Wartość kaloryczna		360 kcal		1000 kcal		330 kcal

01.12.2023 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlna drobiowa, papryka	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe , chleb razowy, pszenny - gluten , wędlna drobiowa, papryka	Zupa chłopska , chleb razowy/ pszenny, Ryba po grecku, ziemniaki, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , makaron – gluten , kiełbasa, filet z miruny, pomidory, cebula, seler, marchewka, cytryna	Mleko, płatki miodowe kuleczki , banan	mleko, mąka – gluten , cukier, banan
Wartość kaloryczna		360 kcal		980 kcal		340 kcal
04.12.2023 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, kiełbasa szynkowa , papryka	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe , chleb razowy, pszenny - gluten , kiełbasa szynkowa, papryka	Zupa ruski barszcz, chleb razowy/pszenny, karkówka w żurawinie, kasza bulgur , słupek z ogórka, herbata	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , ryż, kapusta biała, karkówka, żurawina kasza bulgur, ogórek, herbata	Mleko, Budyń, ciastka domowe jabłko	mleko, budyń, mąka – gluten , jajka, cukier, jabłko
Wartość kaloryczna		360 kcal		980 kcal		300 kcal
05.12.2023 wtorek	Zupa mleczna z płatkami, bułka chałka z masłem i dżemem, marchewka tarkowana	mleko, płatki ryżowe, cukier, masło śmietankowe , mąka – gluten, dżem, marchewka	Zupa kalafiorowa, chleb razowy/pszenny, kotlet schabowy z fileta, ziemniaki, marchewka z porem, kompot	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , kalafior, ziemniaki, filet z kurczaka, jajka , marchewka, por, majonez , owoce mrożone	Mleko Wafle tortowe z dżemem, banan	mleko, mąka – gluten , dżem, banan
Wartość kaloryczna		380 kcal		1100 kcal		350 kcal
06.12.2023 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, wędlna wieprzowa, papryka	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe , chleb razowy, pszenny - gluten , wędlna wieprzowa, papryka	Zupa barszcz ukraiński, chleb razowy/pszenny, makaron z truskawkami i serem, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , fasola, kapusta, buraki, makaron – gluten , twaróg , truskawki, cytryna	Mleko, grzanki z batona, jabłko	mleko, mąka – gluten , jajka, jabłko
Wartość kaloryczna		350 kcal		1200 kcal		350 kcal
07.12.2023 czwartek	Kakao, chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, twarożek z ogórkiem i szczypiorem	mleko, kakao, masło śmietankowe , mąka – gluten , twaróg, cukier, marchewka	Zupa kapuśniak zabielały, chleb razowy/pszenny, kurczak po meksykańsku, ryż, woda z syropem	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , ziemniaki, kapusta, filet z kurczaka, fasola, kukurydza, groszek, papryka,	Mleko, placki z jabłkami	mleko, mąka – gluten , jajka, jabłko

				marchewka, ryż, syrop		
Wartość kaloryczna		360 kcal		980 kcal		360 kcal
07.12.2023 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszeny z masłem wędlna, pomidor	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszeny - gluten, wędlna , pomidor	Zupa grochówka z kiełbasa, chleb razowy/pszeny, porcja ryby, rzepa, ziemniaki, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszeny –gluten, groch, kiełbasa podwawelska, jajka, filet z miruny, rzepa, majonez, herbata	Mleko, ciastka domowe, banan	mleko, mąka-gluten, jajka, cukier, banan
Wartość kaloryczna		350 kcal		980 kcal		300 kcal