

Jadłospis od 02.01.2024. do 12.01.2024

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
01.01.2024 poniedziałek	Dzień wolny					
02.01.2023 wtorek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, pasztet, ogórek	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenny- gluten , pasztet, ogórek	Zupa kapusta, chleb pszenny/razowy racuchy z jabłkami woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , kapusta, mąka- gluten , jajka, mleko, jabłka, drożdże, cytryna	Mleko, budyń, herbatniki, marchewka	mleko, budyń, mąka – gluten , cukier , jajka, marchewka
Wartość kaloryczna		340 kcal		1000 kcal		380 kcal
03.01.2024 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem kiełbasa wieprzowa, pomidor	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten , kiełbasa wieprzowa, pomidor	Zupa ryżowa, chleb pszenny/razowy gulasz warzywny, kasza jęczmienna, woda z sokiem	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , ryż, łopatka wieprzowa, papryka, cebula, pieczarki, marchewka, kasza jęczmienna, syrop	Mleko, placki z jabłkami	mleko, jajka, mąka – gluten , jabłka
Wartość kaloryczna		360 kcal		1000 kcal		260 kcal
04.01.2024 czwartek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem jajko, papryka	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten , jajko, papryka	Zupa wiosenna, chleb pszenny/razowy kurczak pieczony, ryż, marchewka z jabłkiem i porem, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , ziemniaki, podudzia z kurczaka, ryż, marchewka, jabłka, por, herbata	Mleko, deser jogurtowo bananowy, flipsy	mleko, jogurt naturalny, banany, mąka kukurydziana
Wartość kaloryczna		370 kcal		970 kcal		330 kcal
05.01.2024 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlina drobiowa, pomidor	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten , wędlina drobiowa, pomidor	Zupa ogórkowa , chleb razowy/ pszenny, porcja ryby, ziemniaki, kapusta kiszona, herbata z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , ogórki kiszane, ziemniaki, filet z miruny, jajka, kapusta kiszona, herbata	Mleko, mlekołaki, banan	mleko, mąka – gluten , cukier, banan

Wartość kaloryczna		360 kcal		980 kcal		340 kcal
08.01.2024 poniedziałek	Dzień wolny					
09.01.2024 wtorek	Kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem pasztet, ogórek	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, mąka -gluten, pasztet, ogórek	Zupa biały barszcz, chleb razowy/pszenny, makaron z serem i cynamonem, kompot	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, ziemniaki, makaron - gluten, twaróg, cynamon,, owoce mrożone	Mleko, kisiel, wafelki	mleko, kisiel, mąka - gluten, jajka, cukier,
Wartość kaloryczna		380 kcal		1100 kcal		350 kcal
10.01.2024 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, wędlina wieprzowa, pomidor	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlina wieprzowa, pomidor	Zupa pomidorowa, chleb razowy/pszenny, kotlet schabowy, ziemniaki, ogórek konserwowy, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, ryż, koncentrat pomidorowy, schab, jajka, ziemniaki, ogórek konserwowy, cytryna	Mleko, grzanki z chałki, jabłko	mleko, mąka - gluten, jajka, jabłko
Wartość kaloryczna		350 kcal		1000 kcal		350 kcal
11.01.2024 czwartek	Kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny, twarózek ze szczypiorkiem i ogórkiem	mleko, kakao, masło śmietankowe, mąka -gluten, twarózek, szczypior, ogórek	Zupa krupnik, chleb razowy/pszenny, Filet z kurczaka w sosie porowym, ryż, słupek z ogórka, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, kasza jęczmienna, ziemniaki, filet z kurczaka, por, ogórek, herbata	Mleko, naleśniki z dżemem, jabłko	mleko, mąka - gluten , jajka, cukier, dżem, jabłko
Wartość kaloryczna		380 kcal		980 kcal		300 kcal
12.01.2024 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlina, ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlina, ogórek	Zupa szpinakowa, chleb razowy/pszenny, ryba po grecku, ziemniaki, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, szpinak, ziemniaki, filet z miruny, marchewka, cebula, papryka, pomidory, cytryna	Mleko, ciastka domowe, banan	mleko, mąka- gluten ,jajka, cukier, banan
Wartość kaloryczna		350 kcal		970 kcal		320 kcal