

Jadłospis od 11.12. do 22.12.2023

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
11.12.2023 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlina, pomidor	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenny- gluten, wędlina, pomidor	Zupa krupnik, chleb pszenny/razowy, bigos, ziemniaki, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, kasza jęczmienna, kapusta, mięso z łopatki, ziemniaki, herbata	Mleko, placki z jabłkami	mleko, mąka- gluten, jajka, jabłko
Wartość kaloryczna		360 kcal		990 kcal		380 kcal
12.12. 2023 wtorek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, pasta jajeczna, ogórek	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenny- gluten, jajka, majonez, ogórek	Zupa zacierka, chleb pszenny/razowy kotlet mielony pieczony, kasza gryczana, buraczki, woda z cytryna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, mąka- gluten, jajka, mięso mielone z łopatki, kasza gryczana, buraki, cytryna	Mleko, budyń, ciastka owsiane, jabłko	mleko, budyń, mąka – gluten, cukier, jajka, jabłko
Wartość kaloryczna		340 kcal		1000 kcal		380 kcal
13.12.2023 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem kiełbasa żywiecka, pomidor	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, kiełbasa żywiecka, pomidor	Zupa fasola z pęczakiem, chleb pszenny/razowy serniczki z musem truskawkowym, herbata czarna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ziemniaki, fasola, pęczak, twaróg, jajka, truskawki, herbata czarna	Mleko, chleb z masłem, jajecznicza ogórek	mleko, jajka, mąka – gluten, masło śmietankowe, ogórek
Wartość kaloryczna		360 kcal		1000 kcal		260 kcal
14.12.2023 czwartek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem twarożek na słodko, marchewka tarkowana	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, twaróg, marchewka	Zupa pieczarkowa z makaronem, chleb pszenny/razowy, schab orientalny pieczony w piecu, kasza bulgur, kapusta pekińska z kukurydzą i jabłkiem, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, pieczarki, makaron – gluten, jajka, schab, majonez, kasza bulgur, kapusta pekińska, jabłko, kukurydza, cytryna	Mleko, kisiel, flipsy kukurydziane gruszki	mleko, kisiel, mąka kukurydziana, gruszkijabłko
Wartość kaloryczna		370 kcal		970 kcal		330 kcal

15.12.2023 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlna drobiowa, pomidor	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlna drobiowa, pomidor	Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty, chleb razowy/ pszenny, paprykarz, ryż, herbata owocowa	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, kiszona kapusta, ziemniaki, filet z miruny, papryka, cebula, marchewka, seler, ryż, herbata	Mleko, płatki cynamonowe , banan	mleko, mąka – gluten, cukier, banan
Wartość kaloryczna		360 kcal		980 kcal		340 kcal
18.12.2023 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, kielbasa szynkowa, papryka	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny -gluten, kielbasa szynkowa, papryka	Zupa barszcz czerwony, chleb razowy/pszenny, paszteciki z pasztetem, ogórek konserwowy, woda z syropem	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, buraki, mąka – gluten, jajka, mleko, paszтет wieprzowy, ogórek konserwowy, syrop	Mleko, budyń, ciastka domowe, jabłko	mleko, budyń, mąka – gluten, jajka, cukier, jabłka
Wartość kaloryczna		360 kcal		990 kcal		300 kcal
19.12.2023 wtorek	kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem ser żółty, ogórek	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, mąka – gluten, ser żółty, ogórek	Zupa szczawiowa, chleb razowy/pszenny, kotlet drobiowy z serem, ryż, marchewka duszona, kompot	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten , szczaw konserwowy, ziemniaki, filet z kurczaka, jajka, mąka ziemniaczana, ryż, marchewka,, owoce mrożone	Mleko, galaretka z truskawkami, herbatniki	mleko, mąka – gluten, jajka, cukier, galaretka, truskawki
Wartość kaloryczna		380 kcal		1100 kcal		350 kcal
20.12.2023 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 chrzanowa, chleb razowy/pszenny makaron z truskawkami i serem, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, chrzan , boczek wędzony, jajka, szczypiór, makaron – gluten, twaróg, truskawki ,cytryna	Mleko, grzanki z batona z serem, jabłko	mleko, mąka – gluten, jajka, ser, jabłko
Wartość kaloryczna		350 kcal		1000 kcal		350 kcal
21.12.2023 czwartek	Kakao, chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, bułka chałka z masłem i dżemem	mleko, kakao, masło śmietankowe, mąka -gluten, jajka, dżem, ogórek	Zupa rosół, chleb razowy/pszenny, gołąbki, ziemniaki, herbata z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten , makaron – gluten, ziemniaki, kapusta, łopatka wieprzowa,	Mleko, naleśniki z dżemem, jabłko	mleko, mąka – gluten , jajka, cukier, dżem, jabłka

	słupek z ogórka			cytryna, herbata		
Wartość kaloryczna		380 kcal		980 kcal		300 kcal
22.12.2023 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 biały barszcz, chleb razowy/pszenny, paluszki rybne pieczone w piecu, ziemniaki, surówka z kiszonego ogórka i pora, woda z cytryna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ziemniaki, filet z miruny, ogórek kiszony, por, cytryna	Mleko, ciastka domowe, banan	mleko, mąka-gluten, jajka, cukier, banan
Wartość kaloryczna		350 kcal		970 kcal		320 kcal