

Jadłospis od 15.01.2024. do 26.01.2024

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
15.01.2024 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, wędlina, ogórek	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenny- gluten, wędlina, ogórek	Zupa zacierka, chleb pszenny/razowy bigos, ziemniaki, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, mąka –gluten, jajka, kapusta, łośpatka, herbata	Mleko, budyń, ciastka domowe, jabłko	mleko, budyń, mąka – gluten, cukier, jajka, jabłko
Wartość kaloryczna		360 kcal		1000 kcal		380 kcal
16.01.2023 wtorek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, ser żółty, pomidor	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenny- gluten, ser żółty, pomidor	Zupa szczawiowa, chleb pszenny/razowy schab w sosie, kasza gryczana, kapusta pekińska z porem, woda z syropem	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, szczaw konserwowy, jajka, schab, kasza gryczana, kapusta pekińska, por, syrop	Mleko, bułka chałka z masłem, gruszki	mleko, jajka, mąka – gluten, gruszki
Wartość kaloryczna		340 kcal		990 kcal		380 kcal
17.01.2024 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem kielbasa wieprzowa, pomidor	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, kielbasa wieprzowa, pomidor	Zupa pieczarkowa, chleb pszenny/razowy spagettii z warzywami, kompot z owoców mrożonych	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ziemniaki, pieczarki, makaron – gluten, mięso mielone z łośpatki, pomidory, cebula, marchewka, papryka, owoce mrożone	Mleko, placki z jabłkami	mleko, jajka, mąka – gluten, jabłka
Wartość kaloryczna		360 kcal		1200 kcal		260 kcal
18.01.2024 czwartek	Kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem pasta jajeczna, papryka	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny -gluten, jajko, majonez, papryka	Zupa pęczak, chleb razowy/pszenny, naleśniki z serem i musem truskawkowym, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, pęczak, mąka – gluten, jajka, twaróg, truskawki, cytryna	Mleko, kasza manna z sokiem, flipsy, jabłka	mleko, kasza manna, sok, mąka kukurydziana, jabłka
Wartość kaloryczna		370 kcal		1100kcal		330 kcal
19.01.2024 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem	mleko, kawa inka, cukier, masło chleb razowy, pszenny -	Zupa barszcz czerwony, chleb razowy/ pszenny, kotlet rybny pieczony,	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, buraki,	Mleko, miodowe kuleczki,	mleko, mąka – gluten, cukier, banan

	wędlina drobiowa, pomidor	gluten, wędlina śmietankowe, drobiowa, pomidor	ziemniaki, surówka z białej kapusty, herbata czarna	ziemniaki, filet z miruny, jajka, kapusta, herbata czarna	banan	
Wartość kaloryczna		360 kcal		980 kcal		340 kcal
22.01.2024 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlina, pomidor	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlina, pomidor	Zupa ryż, chleb razowy/ pszenny, kotlet mielony, kasza jęczmienna, ogórek konserwowy, herbata owocowa	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, ryż, kasza jęczmienna, mięso mielone z łopatki, jajka, ogórek konserwowy, herbata	Mleko, naleśniki z dżemem, jabłka	mleko, mąka – gluten jajka, cukier, dżem, jabłka
Wartość kaloryczna		360 kcal		1000 kcal		300 kcal
23.01.2024 wtorek	kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem pasztet, ogórek	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, mąka – gluten, pasztet, ogórek	Zupa jarzynowa, chleb razowy/pszenny, odwracane gołąbki, ziemniaki, woda z syropem	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, ziemniaki, kapusta, ryż, mięso mielone z łopatki, koncentrat pomidorowy, syrop owocowy	Mleko, kisiel, herbatniki, gruszki	mleko, kisiel, mąka – gluten, jajka, cukier, gruszki
Wartość kaloryczna		380 kcal		980 kcal		350 kcal
24.01.2024 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, kiełbasa wieprzowa, pomidor	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny -gluten, kiełbasa wieprzowa, pomidor	Zupa pomidorowa, chleb razowy/pszenny, serniczki z truskawkami, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, ryż, koncentrat pomidorowy, twaróg, jajka, truskawki, cytryna	Mleko, galaretka z owocami, ciastka,	mleko, galaretka, truskawki, mąka – gluten, jajka,
Wartość kaloryczna		350 kcal		1000 kcal		300 kcal
25.01.2024 czwartek	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi, bułka chałka z masłem i dżemem, marchewka tarkowana	mleko, płatki ryżowe, masło śmietankowe, mąka – gluten, jajka, cukier, dżem, marchewka	Zupa kapuśniak, chleb razowy/pszenny, Kotlet schabowy drobiowy, ryż, sałatka szwedzka, herbata z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny -gluten, ziemniaki, kapusta, filet z kurczaka, jajka, ryż, ogórki konserwowe, herbata, cytryna	Mleko, ciasto z jabłkami	mleko, mąka – gluten, jajka, cukier, jabłka
Wartość kaloryczna		390 kcal		980 kcal		300 kcal

26.01.2024 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 krupnik, chleb razowy/pszenny, ryba pieczona, ziemniaki, mizeria, kompot	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, kasza jęczmienna, ziemniaki, filet z miruny, ogórki, owoce mrożone	Mleko, ciastka domowe, banan	mleko, mąka- gluten, jajka, cukier, banan
Wartość kaloryczna		360 kcal		870 kcal		320 kcal