

## Jadłospis 05.02.2024. do 16.02.2024

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
05.02.2024 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 biały barszcz, chleb pszenny/razowy makaron carbonara, ogórek konserwowy, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, mąka –gluten, ziemniaki, makaron – gluten, jajka, kiełbasa podwawelska, boczek wędzony, pietruszka, ser żółty, ogórek konserwowy, herbata	Mleko, budyń, ciastka domowe, jabłko	mleko, budyń, mąka – gluten, cukier, jajka, jabłko
Wartość kaloryczna		360 kcal		1000 kcal		380 kcal
06.02.2023 wtorek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, jajko, pomidor	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenny-gluten, jajko, pomidor	Zupa pomidorowa z ryżem, chleb pszenny/razowy kotlet schabowy, ziemniaki, surówka z białej kapusty, woda z cytryna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ryż, koncentrat pomidorowy, schab, jajka, ziemniaki, kapusta, marchewka, cytryna	Mleko, deser jogurtowo bananowy, herbatniki	mleko, jajka, mąka – gluten, jogurt naturalny, banany
Wartość kaloryczna		340 kcal		990 kcal		380 kcal
07.02.2024 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem kiełbasa szynkowa, ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, kiełbasa szynkowa, ogórek	Zupa grochówka z kiełbasą, chleb pszenny/razowy serniczki z musem truskawkowym, herbata czarna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ziemniaki, groch, kiełbasa podwawelska, twaróg, jajka, cukier, truskawki, herbata czarna	Mleko, chleb z masłem i jajecznicą jabłko	mleko, mąka – gluten, masło śmietankowe, jajka jabłko
Wartość kaloryczna		360 kcal		1200 kcal		260 kcal
08.02.2024 czwartek	kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem twarożek z ogórkiem i szczypiorkiem,	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, mąka –gluten, twaróg, ogórek, szczypiorek	Zupa szpinakowa, chleb razowy/pszenny, strogonow z warzywami, kasza jęczmienna, woda z syropem	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, szpinak, ziemniaki, schab, papryka, pieczarki, cebula, marchewka, ogórek konserwowy, kasza jęczmienna, syrop	Mleko, kasza manna z sokiem, flipsy, gruszka	mleko, kasza manna, sok, mąka kukurydziana, gruszka
Wartość		370 kcal		1100kcal		330 kcal

<b>kaloryczna</b>						
<b>09.02.2024</b> <b>piątek</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlna drobiowa, papryka	mleko, kawa inka, cukier, <b>masło</b> chleb razowy, pszenny - <b>gluten</b> , wędlna <b>śmietankowe</b> , drobiowa, papryka	Zupa zacierka z koperkiem, chleb razowy/ pszenny, porcja ryby z pieca, ziemniaki, surówka z rzepy, herbata	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , mąka – <b>gluten</b> , <b>jajka</b> , koperek, filet z miruny, ziemniaki, rzepa, <b>majonez</b> , herbata , herbata	Mleko, płatki mlekołaki banan	<b>mleko</b> , mąka – <b>gluten</b> , cukier, banan
<b>Wartość kaloryczna</b>		360 kcal		980 kcal		340 kcal
<b>12.02.2024</b> <b>poniedziałek</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlna , pomidor	mleko, kawa inka, cukier, <b>masło</b> <b>śmietankowe</b> , chleb razowy, pszenny - <b>gluten</b> , wędlna, pomidor	Zupa neapolitańska, chleb razowy/pszenny, kotlet mielony, kasza gryczana, surówka wielowarzywna, woda z cytryną,	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , makaron – <b>gluten</b> , <b>serki topione</b> , szczypior, mięso mielone z łopatki, <b>jajka</b> , kasza gryczana, kapusta czerwona, kapusta biała, marchewka, cytryna	Mleko, kisiel, Ciastka domowe, jabłko	<b>Mleko</b> , kisiel, mąka – <b>gluten</b> <b>jajka</b> , cukier, jabłka
<b>Wartość kaloryczna</b>		360 kcal		1000 kcal		300 kcal
<b>13.02.2024</b> <b>wtorek</b>	Kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem ser żółty, ogórek	mleko, kakao, cukier, <b>masło</b> <b>śmietankowe</b> , mąka – <b>gluten</b> , <b>ser żółty</b> , ogórek	Zupa ogórkowa z ryżem, chleb razowy/pszenny, eskalopki z kurczaka, ziemniaki, marchewka z jabłkiem, kompot z owoców mrożonych	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , makaron – <b>gluten</b> , ziemniaki, ogórek kiszony, ryż, filet z kurczaka, <b>jajka</b> , marchewka, jabłka, <b>majonez</b> , owoce mrożone	Mleko, naleśnik z dżemem, gruszka	<b>mleko</b> , mąka – <b>gluten</b> , <b>jajka</b> , dżem, gruszka
<b>Wartość kaloryczna</b>		380 kcal		980 kcal		350 kcal
<b>14.02.2024</b> <b>środa</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, polędwica sopocka , pomidor	mleko, kakao, cukier, <b>masło</b> <b>śmietankowe</b> , chleb razowy, pszenny - <b>gluten</b> , polędwica sopocka, pomidor	Zupa kapuśniak, chleb razowy/pszenny, kotlet ziemniaczany z sosem pieczarkowym, herbata czarna	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , ziemniaki, mąka – <b>gluten</b> , pieczarki, ogórek konserwowy, jajka,	Mleko, grzanki z batona, jabłko	<b>mleko</b> , mąka – <b>gluten</b> , <b>jajka</b> , jabłko
<b>Wartość kaloryczna</b>		350 kcal		1000 kcal		300 kcal
<b>15.02.2024</b> <b>czwartek</b>	Zupa mleczna z płatkami ryzowymi, bułka chałka z	mleko, płatki ryżowe, <b>masło</b> <b>śmietankowe</b> , mąka	Zupa szczawiowa, chleb razowy/pszenny, kurczak w sosie słodko	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , ziemniaki, <b>jajka</b> ,	Mleko, kasza manna z sokiem, flipsy,	<b>mleko</b> , kasza manna, sok, mąka kukurydziana,

	masłem i dżemem, marchewka tarkowana	– <b>gluten</b> , <b>jajka</b> , cukier, dżem, marchewka	kwaśnym, ryż, herbata owocowa	filet z kurczaka, papryka, cebula, pomidory, herbata owocowa	jabłko	jabłko
<b>Wartość kaloryczna</b>		390 kcal		980 kcal		300 kcal
<b>16.02.2024</b>  <b>piątek</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlina, ogórek	<b>mleko</b> , kawa inka, cukier, <b>masło</b> <b>śmietankowe</b> , chleb razowy, pszenny - <b>gluten</b> , wędlina , ogórek	Zupa fasola z pęczakiem, chleb razowy/pszenny, paluszki rybne , ziemniaki, surówka z kiszzonego ogórka, woda z syropem	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , fasola, pęczak, filet z miruny, <b>jajka</b> , ziemniaki, ogórek kiszony, por, syrop	Mleko, ciastka domowe, banan	<b>mleko</b> , mąka- <b>gluten</b> , <b>jajka</b> , cukier, banan
<b>Wartość kaloryczna</b>		360 kcal		870 kcal		320 kcal