

## Jadłospis 19.02.2024. do 01.03.2024

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
19.02.2024 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, wędlina, papryka	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenny- gluten, wędlina, papryka	Zupa czerwony barszcz chleb pszenny/razowy paszteciki z pasztetową, ogórek konserwowy, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, buraki, mąka –gluten, pasztetowa, ogórek konserwowy, herbata	Mleko, kisiel, herbatniki, jabłko	mleko, kisiel, mąka – gluten, cukier, jajka, jabłko
Wartość kaloryczna		360 kcal		1000 kcal		380 kcal
20.02.2023 wtorek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, pasta jajeczna, pomidor	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenny- gluten, jajko, majonez, pomidor	Zupa rosół, chleb pszenny/razowy podudzia pieczone z kurczaka, ryż, marchewka z porem i jabłkiem, woda z syropem	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, makaron – gluten, podudzia z kurczaka, ryż, marchewka, jabłka, por, majonez, syrop	Mleko, naleśniki z dżemem, jabłko	mleko, jajka, mąka – gluten, dżem, jabłko
Wartość kaloryczna		340 kcal		900 kcal		380 kcal
21.02.2024 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem kielbasa żywiecka, ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, kielbasa żywiecka, ogórek	Zupa żurek, chleb pszenny/razowy racuchy z jabłkami, herbata owocowa z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ziemniaki, kielbasa biała surowa, mąka – gluten, jajka, drożdże, cukier, jabłka, herbata, cytryna	Mleko, grzanki z batona, gruszka	mleko, mąka – gluten, jajka, gruszka
Wartość kaloryczna		360 kcal		1200 kcal		260 kcal
22.02.2024 czwartek	kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem twarożek na słodko, marchewka tarkowana	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, mąka –gluten, twaróg, cukier waniliowy, marchewka	Zupa biały barszcz, chleb razowy/pszenny, bigos, ziemniaki, kompot	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ziemniaki, kapusta, łopatka, owoce mrożone	Mleko, kasza manna z sokiem, biszkopty, jabłko	mleko, kasza manna, sok, mąka – gluten, jajka, jabłko
Wartość kaloryczna		370 kcal		980 kcal		330 kcal
23.02.2024	Kawa inka, kanapka:	mleko, kawa inka, cukier, masło	Zupa krupnik, chleb	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i	Mleko, płatki	mleko, mąka kukurydziana,

<b>piątek</b>	chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlina , papryka	<b>śmietankowe</b> , chleb razowy, pszenny - <b>gluten</b> , wędlina drobiowa, papryka	razowy/ pszenny, ryba po grecku, ziemniaki, herbata	pszenny – <b>gluten</b> , kasza jęczmienna, ziemniaki, filet z miruny, marchewka, cebula, seler, koncentrat pomidorowy, herbata	corn fleks, banan	cukier, banan
<b>Wartość kaloryczna</b>		360 kcal		970 kcal		340 kcal
<b>26.02.2024</b> <b>poniedziałek</b>	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi, bułka chałka z masłem i dżemem, marchewka tarkowana	<b>mleko</b> , płatki ryżowe, <b>masło śmietankowe</b> , mąka – <b>gluten</b> , <b>jajka</b> , cukier, dżem, marchewka	Zupa brokułowa, chleb razowy/pszenny, spaghetti z warzywami, woda z cytryną	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , brokuły, ziemniaki, makaron – <b>gluten</b> , mięso mielone z łopatki, pomidory, papryka, cebula, cytryna	Mleko, placki z jabłkami	<b>mleko</b> , mąka – <b>gluten</b> <b>jajka</b> , cukier, jabłka
<b>Wartość kaloryczna</b>		360 kcal		1100 kcal		300 kcal
<b>27.02.2024</b> <b>wtorek</b>	kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem ser żółty, papryka	<b>mleko</b> , kakao, cukier, <b>masło śmietankowe</b> , mąka – <b>gluten</b> , <b>ser żółty</b> , papryka	Zupa pomidorowa z makaronem, chleb razowy/pszenny, kotlet drobiowy z serem, ryż, kapusta pekińska z jabłkiem i kukurydzą, herbata	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , <b>makaron</b> – <b>gluten</b> , koncentrat pomidorowy, ryż, filet z kurczaka, <b>ser żółty</b> , <b>majonez</b> , kapusta pekińska, jabłka, herbata	Mleko, galaretka z truskawkami herbatniki	<b>mleko</b> , galaretka, truskawki, mąka – <b>gluten</b> , <b>jajka</b> ,
<b>Wartość kaloryczna</b>		380 kcal		1000 kcal		350 kcal
<b>28.02.2024</b> <b>środa</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, pasztet , ogórek konserwowy	<b>mleko</b> , kakao, cukier, <b>masło śmietankowe</b> , chleb razowy, pszenny - <b>gluten</b> , pasztet, ogórek konserwowy	Zupa barszcz ukraiński, chleb razowy/pszenny, makaron z serem i cynamonem, jabłko, woda z cytryną	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , kapusta, fasola, buraki, makaron – <b>gluten</b> , <b>twaróg</b> , cynamon, jabłko, cytryna	Mleko, chleb z masłem, jajecznicą, jabłko	<b>mleko</b> , mąka – <b>gluten</b> , <b>masło śmietankowe</b> , <b>jajka</b> , jabłko
<b>Wartość kaloryczna</b>		350 kcal		1100 kcal		300 kcal
<b>29.02.2024</b> <b>czwartek</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, twarożek z	<b>mleko</b> , kawa inka, cukier, <b>masło śmietankowe</b> , chleb razowy, pszenny - <b>gluten</b> , <b>twaróg</b> , ogórek	Zupa pieczarkowa, chleb razowy/pszenny, gałka mięsna w sosie koperkowym, kasza	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , pieczarki, ziemniaki, mięso mielone z łopatki, koperek, buraki, kasza	Mleko, budyń, flipsy, jabłko	<b>mleko</b> , budyń, mąka kukurydziana, jabłko

	ogórkiem,		bulgur, buraki zasmażane, herbata owocowa	bulgur, herbata owocowa		
<b>Wartość kaloryczna</b>		390 kcal		980 kcal		300 kcal
<b>01.03.2024</b> <b>piątek</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlna, ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlna, ogórek	Zupa pęczak, chleb razowy/pszenny, kotlet rybny, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, pęczak, filet z miruny, jajka, ziemniaki, kapusta kiszona, cytryna	Mleko, mlekołaki, banan	mleko, mąka- gluten ,jajka, cukier, banan
<b>Wartość kaloryczna</b>		360 kcal		890 kcal		320 kcal