

## Jadłospis 18.03.2024. do 29.03.2024

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
18.03.2024 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, wędlina drobiowa, papryka	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenno-gluten, wędlina drobiowa, papryka	Zupa ogórkowa, chleb pszenny/razowy makaron carbonara, jabłko, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, ogórek, chleb razowy i pszenny –gluten, makaron – gluten, ser żółty, jajka, boczek wędzony, kiełbasa podwawelska, pietruszka, cytryna	Mleko, kisiel, flipy, marchewka tarkowana	mleko, kisiel, mąka kukurydziana, cukier, jajka, marchewka
Wartość kaloryczna		360 kcal		1200 kcal		380 kcal
19.03.2023 wtorek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, pasta jajeczna, ogórek	mleko, kawa inka, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenno-gluten, jajko, majonez ogórek	Zupa rosół z makaronem, chleb pszenny/razowy podudzia pieczone z kurczaka, ryż, marchewka z groszkiem, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, mąka –gluten makaron – gluten, podudzia z kurczaka, ryż, marchewka, groszek, herbata	Mleko, naleśnik z dżemem, gruszka	mleko, jajka, mąka – gluten, dżem, gruszka
Wartość kaloryczna		340 kcal		970 kcal		380 kcal
20.03.2024 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem schab pieczony, ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenno-gluten, schab pieczony, ogórek	Zupa gulaszowa, chleb pszenny/razowy pyzy ziemniaczane z cebulką, ogórek konserwowy, woda z syropem	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ziemniaki, łopatka wieprzowa, papryka, koncentrat pomidorowy, mąka –gluten, jajka, cebula, ogórek konserwowy, syrop	Mleko, budyń z sokiem, herbatniki jabłko	mleko, budyń, syrop, mąka – gluten, jajka, jabłko
Wartość kaloryczna		360 kcal		1000 kcal		260 kcal
21.03.2024 czwartek	kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem ser żółty, papryka	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, mąka –gluten, ser żółty, papryka	Zupa pomidorowa z makaronem, chleb razowy/pszenny, WIOSENNY bigos, ziemniaki herbata zielona	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, makaron – gluten, koncentrat pomidorowy, kapusta, marchewka, karkówka, ziemniaki, herbata zielona	Mleko, bułka chałka z masłem i dżemem, gruszka	mleko, mąka – gluten, jajka, dżem, gruszka
Wartość kaloryczna		370 kcal		1100kcal		330 kcal

<b>22.03.2024</b> <b>piątek</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlna, papryka	mleko, kawa inka, cukier, <b>masło śmietankowe</b> , chleb razowy, pszenny - <b>gluten</b> , wędlna drobiowa, papryka	Zupa kalafiorowa, chleb razowy/ pszenny, paprykarz, ryż, herbata czarna	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , kalafior, ziemniaki, filet z miruny, papryka, cebula, marchewka, seler, pomidory, ryż, herbata	Mleko, płatki corn fleks, banan	mleko, mąka kukurydziana, <b>jajka</b> , banan
<b>Wartość kaloryczna</b>		360 kcal		970 kcal		340 kcal
<b>25.03.2024</b> <b>poniedziałek</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlna, ogórek	mleko, kawa inka, cukier, <b>masło śmietankowe</b> , chleb razowy, pszenny - <b>gluten</b> , wędlna, ogórek	Zupa barszcz czerwony,, chleb razowy/pszenny, naleśnik z pasztetem, ogórek konserwowy, woda z cytryną	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , buraki, mąka – <b>gluten</b> , <b>jajka</b> , pasztetowa, ogórek konserwowy, cytryna	Mleko, kisiel, biszkopty, jabłko	mleko, kisiel, mąka – <b>gluten</b> <b>jajka</b> , cukier, jabłka
<b>Wartość kaloryczna</b>		360 kcal		1200 kcal		300 kcal
<b>26.03.2024</b> <b>wtorek</b>	Kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem ser żółty, ogórek konserwowy	mleko, kakao, cukier, <b>masło śmietankowe</b> , mąka – gluten, <b>ser żółty</b> , ogórek konserwowy	Zupa koperkowa z ryżem, chleb razowy/pszenny, kurczak po meksykańsku, kasza bulgur, kompot z owoców mrożonych	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , ryż, koperek, filet z kurczaka, kukurydza, papryka, groszek, pieczarki, fasola czerwona, kasza bulgur, owoce mrożone	Mleko, galaretka z truskawkami, ciastka domowe	mleko, galaretka, truskawki, mąka – gluten, <b>jajka</b> , cukier,
<b>Wartość kaloryczna</b>		380 kcal		990 kcal		250 kcal
<b>27.03.2024</b> <b>środa</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, wędlna wieprzowa, pomidor	mleko, kawa inka, cukier, <b>masło śmietankowe</b> , chleb razowy, pszenny - <b>gluten</b> , wędlna, pomidor	Zupa neapolitańska, chleb razowy/pszenny, racuchy drożdżowe z jabłkiem, woda z cytryna	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , makaron – gluten, serki topione, szczypior, mąka – <b>gluten</b> , <b>jajka</b> , drożdże, jabłka, <b>mleko</b> , cytryna	Mleko, chleb z masłem, jajecznic, ogórek	mleko, mąka – <b>gluten</b> , <b>masło śmietankowe</b> , <b>jajka</b> , ogórek
<b>Wartość kaloryczna</b>		350 kcal		1200 kcal		300 kcal
<b>28.03.2024</b> <b>czwartek</b> <b>Przedszkole</b>	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi, chleb razowy/ pszenny, twarożek na słodko, marchewka	mleko, płatki ryżowe, cukier, <b>masło śmietankowe</b> , chleb razowy, pszenny - <b>gluten</b> , <b>twaróg</b> , cukier,	Zupa jarzynowa z makaronem, chleb razowy / pszenny, babka ziemniaczana, mizeria, herbata	porcje rosółowe, <b>śmietana</b> , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – <b>gluten</b> , makaron – <b>gluten</b> , ziemniaki, łopatka wieprzowa, ogórek , herbata	Mleko, deser jogurtowo bananowy, flipy	mleko, jogurt <b>naturalny</b> , banany, mąka kukurydziana,

	tarkowana	marchewka				
<b>Wartość kaloryczna</b>		390 kcal		980 kcal		300 kcal
<b>29.03.2024</b> <b>piątek</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, wędlina wieprzowa, papryka	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlina-, pomidor	Zupa krupnik, chleb razowy / pszenny, ryba z pieca, ziemniaki, Sałatka szwedzka, herbata owocowa	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, kasza jęczmienna, ziemniaki, filet z miruny, ogórek konserwowy, marchewka, herbata owocowa	Mleko, wafle tortowe z dżemem, banan	Mleko, mąka – gluten, jajka, dżem, banan
<b>Wartość kaloryczna</b>		330 kcal		900 kcal		280 kcal