

Jadłospis 10.06.2024. do 21.06.2024

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
10.06.2024 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlina, ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlina drobiowa, ogórek	Zupa kapuśniak chleb pszenny/razowym schab orientalny, ziemniaki, pomidor z cebulą, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ziemniaki, schab, majonez, koncentrat pomidorowy, jajka, pomidor, cebula, cytryna	Mleko, bułka chałka z masłem, jabłko	mleko, mąka – gluten , jajka, jabłko
Wartość kaloryczna		360 kcal		1000 kcal		380 kcal
11.06.2023 wtorek	kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, jajko, rzodkiewka	mleko, kakao,masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenny- gluten, jajko, rzodkiewka	Zupa jarzynowa z makaronem, chleb pszenny/razowy odwracane gołąbki, ziemniaki, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, makaron – gluten, kapusta, mięso mielone z łopatki, koncentrat pomidorowy, ziemniaki, herbata	Mleko, kisiel, flipsy, jabłko	mleko, mąka kukurydziana, cukier, kisiel, jabłka
Wartość kaloryczna		340 kcal		980 kcal		280 kcal
12.06.2024 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem kiełbasa drobiowa, ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlina drobiowa, ogórek	Zupa żurek, chleb pszenny/razowy makaron z cynamonem i serem, jabłko, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, kiełbasa biała surowa, jajka, makaron – gluten, twaróg, cynamon, jabłko, cytryna	Mleko, ciastka domowe, banany	mleko, ,mąka – gluten, jajka, cukier banan
Wartość kaloryczna		360 kcal		1000 kcal		250 kcal
13.06.2024 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 pęczak, chleb pszenny/razowy kurczak w sosie słodko – kwaśnym, ryż, woda z syropem	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, pęczak, filet z kurczaka, papryka, cebula, pomidory, ryż, syrop	Mleko, naleśniki z dżemem, jabłka	Mleko, mąka – gluten, jajka, dżem, jabłka
Wartość kaloryczna		360 kcal		1100 kcal		300 kcal
14.06.2024 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb	mleko, kawa inka, cukier, masło	Zupa pieczarkowa, chleb pszenny/razowy,	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i	Mleko, kasza manna z	Mleko, kasza manna, syrop,

	pszenny z masłem polędwica , pomidor	śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlina wieprzowa, pomidor	kotlet rybny, ziemniaki, mizeria, woda z cytryna	pszenny –gluten, makaron – gluten, filet z miruny, jajka, ziemniaki, ogórek, cytryna	sokiem, banany	banany
Wartość kaloryczna		360 kcal		1000 kcal		260 kcal
17.06. 2024 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlina, ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlina drobiowa, ogórek	Zupa barszcz czerwony, chleb razowy/pszenny paszteciki z pieca, ogórek konserwowy, kompot	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, buraki, mąka – gluten, jajka, mleko, pasztetowa, ogórek konserwowy, truskawki	Mleko, budyn, herbatniki, jabłka	Mleko, mąka – gluten, budyń, jajka, jabłka
Wartość kaloryczna		360 kcal		980 kcal		350 kcal
18.06.2024 wtorek	kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem ser żółty, ogórek	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, ser żółty, ogórek	Zupa krupnik, chleb razowy/pszenny, kotlet schabowy, ziemniaki, sałata , herbata owocowa	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, kasza jęczmienna, ziemniaki, schab, jajka, sałata. , herbata	Mleko, wafle tortowe z dżemem, gruszki	mleko, mąka – gluten, jajka, dżem, gruszki
Wartość kaloryczna		380 kcal		1200 kcal		250 kcal
19.06.2024 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, kiełbasa szynkowa, papryka	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlina , papryka	Zupa neapolitańska, chleb razowy/pszenny , racuchy z jabłkiem, woda z cytryna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, serek topiony, makaron – gluten, szczypior, mąka – gluten, jajka , jabłka, mleko, drożdże, cytryna	Mleko, chleb z masłem , jajecznicza, ogórek	mleko, mąka – gluten, jajka, masło śmietankowe, ogórek
Wartość kaloryczna		350 kcal		1200 kcal		300 kcal
20.06.2024 czwartek	kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, pasta jajeczna , rzodkiewka	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, mąka – gluten, jajka, majonez, rzodkiewka,	Zupa ogórkowa z ryżem, chleb razowy / pszenny, kotlet mielony pieczony, kasza gryczana, buraki, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ogórki kiszzone, ziemniaki, mięso mielone z łopatki, jajka, kasza gryczana, buraki, herbata	Mleko, deser truskawkowo jogurtowy, flipy kukurydziane	mleko, mąka kukurydziana, jogurt naturalny, truskawki
Wartość kaloryczna		390 kcal		1100 kcal		300 kcal

kaloryczna						
21.06.2024 Piątek (przedszkole)	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, wędlina wieprzowa, ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlina , ogórek	Zupa rosół, chleb razowy/pszenny, paluszki rybne pieczone, ziemniaki, ogórek, woda z syropem	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, makaron - gluten, filet z miruny, ziemniaki, ogórek herbata	Mleko, mlekołaki, banan	Mleko, mąka – gluten, jajka, banan
		330 kcal		950kcal		280 kcal