

## Jadłospis 16.09.2024. do 27.09.2024

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
16.09.2024 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 kalafiorowa, chleb pszenny/razowym kiełbasa pieczona, ziemniaki, sałatka szwedzka, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, kalafior, ziemniaki, kiełbasa biała parzona, ogórek konserwowy, herbata	Mleko, budyń ciastka herbatniki, jabłko	mleko, budyń, mąka – gluten, jajka, cukier, jabłko
Wartość kaloryczna		360 kcal		980 kcal		350 kcal
17.09.2023 wtorek	kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, pasta jajeczna, papryka	mleko, kakao, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenny- gluten, jajko, ser żółty, papryka	Zupa zacierka,, chleb pszenny/razowy, gałka mięsna w sosie pomidorowym, kasza bulgur, słupek z ogórka, kompot z jabłek	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, mąka – gluten jajka, mięso mielone z łopatki, koncentrat pomidorowy, kasza bulgur, ogórek, jabłka	Mleko, kasza manna z sokiem, herbatniki, gruszka	mleko, kasza manna, mąka – gluten, jajka,, gruszka
Wartość kaloryczna		340 kcal		1000 kcal		280 kcal
18.09.2024 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem kiełbasa krakowska, pomidor	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlina , pomidor	Zupa chrzanowa, chleb pszenny/razowy makaron z truskawkami i serem, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, chrzan, boczek wędzony, szczypior, jajka, makaron – gluten, truskawki, twaróg, , cytryna	Mleko, budyń, ciastka domowe, banan	mleko, budyń, mąka – gluten, jajka, cukier banan
Wartość kaloryczna		360 kcal		1100 kcal		250 kcal
19.09.2024 czwartek	kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem twarożek z ogórkiem,	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny, twaróg, ogórek	Zupa wiosenna z makaronem chleb pszenny/razowy kotlet schabowy, ziemniaki, kapusta kiszona, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, makaron – gluten, marchewka, seler, schab, jajka, ziemniaki, kapusta kiszona, herbata	Mleko, placki z jabłkami	mleko, mąka – gluten, jajka, jabłka
Wartość kaloryczna		320 kcal		1100 kcal		300 kcal
20.09.2024	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb	mleko, kawa inka, cukier, masło	Zupa pęczak, chleb pszenny/razowy,	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i	Mleko, mlekołaki,	mleko, mąka – gluten, jajka,

<b>piątek</b>	pszenny z masłem polędwica , papryka	śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlina wieprzowa, papryka	ryba po grecku, ziemniaki, herbata owocowa	pszenny –gluten, pęczak, filet z miruny, marchewka, cebula, seler, koncentrat pomidorowy, ziemniaki, herbata	banany	cukier, banany
<b>Wartość kaloryczna</b>		300 kcal		980 kcal		300 kcal
<b>23.09. 2024</b> <b>poniedziałek</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem parówki, ogórek konserwowy	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, parówki, ogórek konserwowy	Zupa barszcz czerwony, chleb razowy/pszenny naleśniki z pasztetem ogórek konserwowy, kompot ze śliwek	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, buraki, mąka – gluten, jajka, mleko, pasztet, ogórek konserwowy, sliwki	Mleko, kisiel, flipsy kukurydziane, jabłka	mleko, kisiel, mąka kukurydziana, jabłka
<b>Wartość kaloryczna</b>		380 kcal		980 kcal		300 kcal
<b>24.09.2024</b> <b>wtorek</b>	Kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem ser żółty, papryka	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, ser żółty, papryka	Zupa kapuśniak, chleb razowy/pszenny, spaghetti z warzywami, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, kapusta, mięso z łopatki, makaron – gluten, pomidory, marchewka, cebula, cytryna	Mleko, baton z masłem i dżemem, jabłko	mleko, mąka – gluten, jajka, dżem, jabłko
<b>Wartość kaloryczna</b>		380 kcal		1000 kcal		300 kcal
<b>25.09.2024</b> <b>środa</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, kiełbasa wieprzowa pomidor	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlina, pomidor	Zupa neapolitańska, chleb razowy/pszenny, kotlet ziemniaczany z sosem pieczarkowym, ogórek kiszony, kompot	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, makaron – gluten, serek topiony, jajka, szczypior, ziemniaki, pieczarki, ogórek kiszony, jabłka,	Mleko, chleb z masłem , jajecznicą, ogórek	mleko, mąka – gluten, jajka, masło śmietankowe, ogórek
<b>Wartość kaloryczna</b>		350 kcal		1200 kcal		300 kcal
<b>12.09.2024</b> <b>czwartek</b>	kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny, twarożek na słodko, marchewka tarkowana	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny – gluten, twarożek, cukier waniliowy, marchewka	Zupa szpinakowa, chleb razowy / pszenny, filet z kurczaka w sosie porowym, ryż, korniszon, herbata z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, szpinak, ziemniaki, filet z kurczaka, por, ogórek konserwowy, ryż, herbata, cytryna	Mleko, galaretka, ciastka domowe, jabłko	mleko, galaretka, mąka – gluten, jajka, cukier, jabłko
<b>Wartość kaloryczna</b>		390 kcal		980 kcal		320 kcal

kaloryczna						
13.09.2024 piątek	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 barszcz ukraiński, chleb razowy/pszenny, hamburgery z warzywami pieczone, ziemniaki, pomidor z cebula, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, fasola, kapusta , buraki, filet z miruny, ziemniaki, pomidor, cebula, cytryna	Mleko, bułka chałka, gruszki	Mleko, mąka – gluten, jajka, gruszki
		300 kcal		900 kcal		300 kcal