

Jadłospis 30.09.2024. do 11.10.2024

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
30.09.2024 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 biały barszcz chleb pszenny/razowym carbonara, ogórek konserwowy, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ziemniaki, makaron – gluten, jajka, boczek wędzony, kiełbasa podwawelska, ser żółty, ogórek konserwowy, herbata	Mleko, kisiel, biszkopty, jabłko	mleko, kisiel, mąka – gluten, jajka, cukier, jabłko
Wartość kaloryczna		350 kcal		1100 kcal		350 kcal
01.10.2023 wtorek	kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, jajko, papryka	mleko, kakao, masło śmietankowe, cukier, chleb razowy, pszenny- gluten, jajko, papryka	Zupa brokułowa, chleb pszenny/razowy, kotlet z serem, kasza bulgur, marchewka z jabłkiem, kompot z jabłek	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, mąka – gluten jajka, filet z kurczaka, ser żółty,, kasza bulgur, marchewka, jabłka, majonez,	Mleko, wafle tortowe z dżemem, banany	mleko, kasza manna, mąka – gluten, jajka,, gruszka
Wartość kaloryczna		340 kcal		1100 kcal		280 kcal
02.10.2024 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem kiełbasa szynkowa, pomidor	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlina, pomidor	Zupa ciupanka, chleb pszenny/razowy makaron z serem i cynamonem, jabłko, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, boczek wędzony, fasola biała, makaron – gluten, cynamon twaróg, cytryna	Mleko, chleb z masłem, jajecznicza, ogórek	mleko, mąka – gluten, masło śmietankowe, jajka ogórek
Wartość kaloryczna		360 kcal		980 kcal		250 kcal
03.10.2024 czwartek	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi chleb razowy/ chleb pszenny z masłem twarożek na słodko, marchewka tarkowana	mleko, płatki ryżowe, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny, twaróg, marchewka	Zupa rosół, chleb pszenny/razowy gołąbki, ziemniaki, herbata owocowa	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, makaron – gluten, ziemniaki, kapusta mięso mielone z łopatki, herbata owocowa	Mleko, budyń, rurka pusta, jabłko	Mleko, budyń, mąka – gluten, cukier, jajka, jabłka
Wartość kaloryczna		380 kcal		990 kcal		280 kcal

04.10.2024 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem połudwica , ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe , chleb razowy, pszenny - gluten , wędlina wieprzowa, ogórek	Zupa ruski barszcz chleb pszenny/razowy, porcja ryby, ziemniaki, mizeria, woda z syropem	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , kapusta, ryż, filet z miruny, jajka , ziemniaki, syrop	Mleko, czekoladowe muszelki, banany	Mleko , mąka – gluten , jajka , cukier, banany
Wartość kaloryczna		360 kcal		980 kcal		300 kcal
07.10. 2024 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem ser żółty, papryka	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe , chleb razowy, pszenny - gluten , ser żółty , papryka	Zupa ogórkowa, chleb razowy/pszenny, strogonow z warzywami, kasza jęczmienna, kompot z jabłek	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , ogórki kiszzone, ziemniaki, schab, papryka, pieczarki, cebula, marchewka, koncentrat pomidorowy, kasza jęczmienna, jabłka	Mleko, kasza manna, flipsy kukurydziane, jabłka	Mleko , kasza manna, mąka kukurydziana, jabłka
Wartość kaloryczna		390 kcal		980 kcal		290 kcal
08.10.2024 wtorek	Kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny, wędlina wieprzowa, ogórek	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe , chleb razowy, pszenny - gluten , wędlina, ogórek,	Zupa pomidorowa z ryżem, chleb razowy/pszenny, podudzia pieczone, ziemniaki, marchewka duszona, herbata czarna	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , ryż, koncentrat pomidorowy, podudzia z kurczaka, ziemniaki, marchewka, masło śmietankowe , herbata	Mleko, Naleśniki z dżemem, banan	mleko , mąka – gluten , jajka , dżem, banan
Wartość kaloryczna		360 kcal		1000 kcal		300 kcal
09.10.2024 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, kielbasa wieprzowa pomidor	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe , chleb razowy, pszenny - gluten , wędlina , pomidor	Zupa szczawiowa, chleb razowy/pszenny Ryba z ananase, ryż, woda z syropem	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , szczaw konserwowy, jajka , filet z miruny, papryka, marchewka, cebula, ananas, ryż, syrop	Mleko, baton z masłem, serek śmietankowy, ogórek	mleko , mąka – gluten , jajka , masło śmietankowe , serek śmietankowy ogórek
Wartość kaloryczna		350 kcal		1200 kcal		300 kcal
10.10.2024 czwartek	Kakao, bułka chałka z masłem i dżemem, słupek z ogórka	mleko , kakao, cukier, masło	Zupa krupnik, chleb razowy / pszenny, soczyste kotlety drobiowe	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , kasza	Mleko, galaretka, Ciastka	mleko , galaretka, mąka – gluten , jajka , cukier, jabłko

		śmietankowe, mąka – gluten, dżem, ogórek	w panierce serowo – jogurtowej, kasza bulgur, pomidor, herbata	jęczmienna, ziemniaki, filet z kurczaka, ser żółty, jajka, jogurt naturalny, kasza bulgur, pomidor, herbata	herbatniki jabłko	
Wartość kaloryczna		390 kcal		1000 kcal		320 kcal
11.10.2024 piątek	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 pęczak z fasolą, chleb razowy/pszenny, naleśnik z serem, mus truskawkowy, woda z cytryna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, pęczak, fasola, mąka – gluten, jajka, mleko, twaróg, truskawki, cytryna	Mleko, baton z masłem, serek śmietankowy, ogórek	mleko, mąka – gluten, jajka, masło śmietankowe, serek śmietankowy ogórek
Wartość kaloryczna		350 kcal		1200 kcal		300 kcal