

## Jadłospis 06.01.2025. do 17.01.2025

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
<b>06.01.2025</b> poniedziałek	<b>Dzień wolny</b>					
<b>Wartość kaloryczna</b>						
<b>07.01.2025</b> wtorek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem jajko, pomidor	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, jajko, pomidor	Zupa rosół chleb pszenny/razowy, paluszki rybne pieczone, ziemniaki, mizeria, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, makaron – gluten, filet z miruny, ziemniaki, ogórek, herbata	Mleko, kisiel, herbatniki, jabłko	mleko, kisiel, mąka – gluten, jajka, cukier, jabłko
<b>Wartość kaloryczna</b>		330 kcal		980 kcal		250 kcal
<b>08.01.2025</b> środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem pasztet wieprzowy ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, pasztet wieprzowy, ogórek	Zupa pomidorowa, chleb pszenny/razowy, kotlet schabowy, ziemniaki, ogórek konserwowy, herbata owocowa	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, koncentrat pomidorowy, schab, jajka, ogórek konserwowy, herbata owocowa	Mleko, naleśniki z dżemem, jabłka	mleko, mąka – gluten, jajka, cukier, dżem, jabłko
<b>Wartość kaloryczna</b>		300 kcal		900 kcal		260 kcal
<b>09.01..2025</b> czwartek	kakao kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem ser żółty pomidor	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny –gluten, ser żółty, pomidor	Zupa czerwony barszcz chleb pszenny/razowy, paszteciki z pasztetem, ogórek konserwowy, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, buraki, mąka –gluten, jajka, mleko, pasztet, ogórek konserwowy, herbata	Mleko, budyń herbatniki, jabłko	mleko, budyń, mąka – gluten, jajka, cukier, jabłko
<b>Wartość kaloryczna</b>		380 kcal		1100 kcal		280 kcal
<b>10.01.2025</b> piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem pasztet wieprzowy papryka	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, pasztet wieprzowy, papryka	Zupa biały barszcz chleb pszenny/razowy spagetii, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ziemniaki, makaron – gluten, mięso mielone z łopatki, pomidory, cebula, cytryna	Mleko, płatki czekoladowe kuleczki, banan	mleko, , mąka – gluten, jajka, banan
<b>Wartość</b>		360 kcal		980 kcal		300 kcal

<b>kaloryczna</b>						
<b>13.01.2025 poniedziałek</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem polędwica sopocka, ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, polędwica sopocka, ogórek	Zupa krupnik ,chleb razowy/pszenny, bigos, ziemniaki, kompot	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, kasza jęczmienna, ziemniaki, kapusta, łopatka wieprzowa, koncentrat pomidorowy, jabłka	Mleko, kasza manna z syropem, ciastka owsiane, jabłko	mleko, kasza manna, syrop, mąka – gluten, jajka, cukier, jabłka
<b>Wartość kaloryczna</b>		390 kcal		1000 kcal		290 kcal
<b>14.01.2025 wtorek</b>	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi, bułka chałka z masłem i dżemem, marchewka tarkowana	mleko, płatki ryżowe, cukier, masło śmietankowe, mąka – gluten, jajka, dżem, marchewka	Zupa ogórkowa, chleb razowy/pszenny, Kotlet schabowy drobiowy, ryż, marchewka duszona, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ogórki kiszzone, ziemniaki, filet z kurczaka, jajka, ryż, marchewka, masło, herbata	Mleko, placki z jabłkami	mleko, mąka – gluten, cukier, jajka, jabłka
<b>Wartość kaloryczna</b>		360 kcal		990 kcal		300 kcal
<b>15.01.2025 środa</b>	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, kiełbasa wieprzowa pomidor	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, kiełbasa wieprzowa, pomidor	Zupa kalafiorowa, chleb razowy/pszenny, serniczki z musem truskawkowym, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, kalafior, ziemniaki, jajka, truskawki, twaróg, cytryna	Mleko, chleb z masłem, jajecznicą, gruszka	mleko, masło śmietankowe, mąka – gluten, jajka, gruszka
<b>Wartość kaloryczna</b>		350 kcal		1100 kcal		300 kcal
<b>16.01.2025 czwartek</b>	kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, twarożek na słodko, słupek z papryki	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny –gluten, twaróg, papryka	Zupa ruski barszcz, chleb razowy / pszenny, Strogonow, kasza jęczmienna, woda z syropem	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ziemniaki, kapusta, ryż, schab, papryka, cebula, pieczarka, ogórek konserwowy, kasza jęczmienna, syrop	Mleko, deser bananowo jogurtowy, ciastka domowe	mleko, banany, jogurt naturalny, mąka –gluten, cukier,
<b>Wartość kaloryczna</b>		390 kcal		1100 kcal		320 kcal

17.01.2025 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, szynka, ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny – gluten, szynka, ogórek	Zupa grochówka z kiełbasą, chleb razowy/pszenny , Hamburgery rybne pieczone, ziemniaki, kapusta czerwona zasmażana, herbata	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, groch, kiełbasa podwawelska, ziemniaki, filet z miruny, marchewka, kapusta czerwona, herbata owocowa	Mleko, kisiel, płatki kukurydziane, jabłko	mleko, kisiel, mąka kukurydziana, jajka, cukier, jabłka
Wartość kaloryczna		360 kcal		890 kcal		300 kcal