

Jałtopis 10.02.2025. do 21.02.2025

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
10.02.2025 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem wędlina pomidor	mleko , kawa inka, cukier, masło śmietankowe , chleb razowy, pszenny – gluten , wędlina, pomidor	Zupa biały barszcz chleb pszenny/razowy, gulasz mięsno – warzywny, kasza jęczmienna, herbata	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , ziemniaki, łopatka wieprzowa, marchewka, pieczarka, papryka, cebula, kasza jęczmienna, herbata	Mleko, kasza manna z sokiem, flipsy, jabłko	mleko , kasza manna, syrop, mąka kukurydziana, jabłko
Wartość kaloryczna		300 kcal		1100 kcal		260 kcal
11.02.2025 wtorek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem ser żółty, ogórek	mleko , kawa inka, cukier, masło śmietankowe , chleb razowy, pszenny - gluten , jajko, ogórek	Zupa pomidorowa chleb pszenny/razowy, kotlet schabowy, surówka z białej kapusty, ziemniaki, woda z syropem	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , koncentrat pomidorowy, makaron – gluten , schab, jajka , kapusta biała, marchewka, ziemniaki, syrop	Mleko, kisiel, ciastka kruche, jabłko	mleko , kisiel, mąka – gluten , jajka , cukier, jabłko
Wartość kaloryczna		330 kcal		980 kcal		250 kcal
12.02.2025 środa	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 szczawiowa chleb pszenny/razowy, makaron z truskawkami i twarogiem, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , szczaw konserwowy, jajka , makaron – gluten , truskawki, twaróg , cytryna	Mleko, chleb z masłem i jajecznica, ogórek	mleko , mąka – gluten , jajka , ogórek
Wartość kaloryczna		300 kcal		1200 kcal		260 kcal
13.02.2025 czwartek	kakao kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem jajko, ogórek konserwowy	mleko , kakao, cukier, masło śmietankowe , chleb razowy, pszenny – gluten , ser żółty , ogórek konserwowy	Zupa rosół chleb pszenny/razowy, podudzia z kurczaka, ryż, marchewka duszona, kompot	porcje rosółowe, makaron – gluten , włoszczyzna, chleb razowy i pszenny – gluten , podudzia z kurczaka, ryż, marchewka, masło śmietankowe , jabłka	Mleko, bułka chałka z masłem, jabłko	mleko , mąka – gluten , jajka , masło śmietankowe cukier, jabłko
Wartość kaloryczna		380 kcal		980 kcal		280 kcal

14.02.2025 piątek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem kiełbasa szynkowa, ogórek	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, kiełbasa szynkowa , ogórek	Zupa neapolitańska chleb pszenny/razowy hamburgery z warzywami pieczone, surówka z kiszzonego ogórka z porem, ziemniaki, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, makaron – gluten, serek topiony, szczypior, filet z miruny, ziemniaki, ogórek kiszony, por, marchewka, cytryna	Mleko, mlekołaki, banan	mleko, , mąka – gluten, jajka, banan
Wartość kaloryczna		360 kcal		980 kcal		300 kcal
17.02.2025 poniedziałek	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, wędlina wieprzowa, papryka	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, wędlina wieprzowa, papryka	Zupa pieczarkowa z makaronem, chleb razowy/pszenny, kiełbasa pieczona, ogórek konserwowy, ziemniaki, kompot	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, pieczarki, makaron – gluten, kiełbasa ślaska, ogórek konserwowy, ziemniaki, jabłka	Mleko, budyń, herbatniki, jabłka	mleko, budyń, mąka – gluten, cukier, jajka, jabłka
Wartość kaloryczna		380 kcal		1100 kcal		290 kcal
18.02.2025 wtorek	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 krupnik, chleb razowy/pszenny, filet z kurczaka w sosie słodko – kwaśnym, ryż, herbata czarna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, ziemniaki, kasza jęczmienna , pomidory, papryka, cebula, filet z kurczaka, ryż, herbata czarna	Mleko , deser bananowo jogurtowy flipsy kukurydziane	mleko, jogurt naturalny, banany, mąka kukurydziana,
Wartość kaloryczna		360 kcal		1200 kcal		300 kcal
19.02.2025 środa	Kawa inka, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, polędwica drobiowa pomidor	mleko, kawa inka, cukier, masło śmietankowe, chleb razowy, pszenny - gluten, polędwica drobiowa, pomidor	Zupa chrzanowa, chleb razowy/pszenny, makaron z serem i cynamonem, jabłko, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, chrzan, jajka, boczek wędzony, makaron – gluten, twaróg, cynamon, jabłko, cytryna	Mleko, chleb z masłem i jajeczną, słupek z ogórka	mleko, mąka – gluten, jajka, ogórek
Wartość kaloryczna		350 kcal		1100 kcal		300 kcal
20.02.2025 czwartek	kakao, kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem,	mleko, kakao, cukier, masło śmietankowe, chleb	Zupa pęczak, chleb razowy / pszenny, kotlet mielony, kasza	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, pęczak,	Mleko, Ciastka domowe	mleko, banany, mąka –gluten, cukier,

	jajko, ogórek konserwowy	razowy, pszenny – gluten, jajko, ogórek konserwowy,	gryczana, sałatka z buraków, kompot	mięso z łopatki, jajka, kasza gryczana, buraki , jabłka	banan	
Wartość kaloryczna		390 kcal		1000 kcal		320 kcal
21.02.2025 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 kapuśniak , chleb razowy/pszenny, ryba po grecku, ziemniaki, herbata owocowa	porcje rosołowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny –gluten, kapusta, filet z miruny, jajka, marchewka, pietruszką, cebula, koncentrat pomidorowy, ziemniaki, herbata owocowa	Mleko, budyń, płatki kukurydżiane, jabłko	Mleko, budyń, mąka kukurydżiana jajka, cukier, jabłka
Wartość kaloryczna		360 kcal		800 kcal		300 kcal