

Jadłospis od 02.09.2020 do 11.09.2020

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
02.09.2020 środa	Kawa z mlekiem, chleb z masłem, szynka, papryka	mleko 3,2% z laktozą, kawa inka, cukier, masło śmietankowe 83%, gluten, chleb mieszany, szynka gotowana, papryka	Zupa barszcz biały, bigos, ziemniaki, woda z cytryną	Wywar z kurczaka, włoszczyzna, śmietana 18%, chleb mieszany, gluten, ziemniaki, kapusta, karkówka, cebula, marchewka, cytryna	Płatki kukurydziane, mleko, owoc	mleko, gluten, płatki kukurydziane, cukier, owoc
Wartość kaloryczna		296 kcal		670 kcal		350 kcal
03.09.2020 czwartek	Kakao, chleb mieszany, masło, pasztet drobiowy, pomidor	mleko 3,2% z laktozą, kakao, cukier masło śmietankowe 83%, gluten, chleb mieszany, pasztet drobiowy, pomidor	Zupa pieczarkowa z ziemniakami, sos boloński, makaron, herbata z cytryną, owoc	włoszczyzna, wywar z kurczaka, gluten, pieczarki, śmietana, ziemniaki, chleb mieszany, makaron, mięso mielone, cytryna, herbata czarna	galaretka z owocami i bita śmietaną	Galaretka, truskawki, śmietana 18%, cukier puder
Wartość kaloryczna		292 kcal		850 kcal		152 kcal
04.09.2020 piątek	Kawa z mlekiem, chleb z masłem, schab pieczony, ogórek zielony	mleko 3,2% z laktozą, kawa inka, cukier, masło śmietankowe 83%, gluten, schab pieczony, ogórek zielony	Zupa szczawiowa, ziemniaki, ryba w jajku, sałatka szwedzka, woda z cytryną	porcje rosółowe, włoszczyzna, śmietana 18%, ziemniaki, szczaw, chleb mieszany, filet z ryby, olej, jajka, ogórek konserwowy, cebula, cytryna	placek drożdżowy, mleko, owoc	mąka pszenna, cukier, olej, jaja, drożdże, mleko, gluten
Wartość kaloryczna		246 kcal		894 kcal		488 kcal
07.09.2020 poniedziałek	Kawa z mlekiem, chleb mieszany masło, szynka gotowana, papryka	mleko 3,2% z laktozą, kawa inka, cukier, masło śmietankowe 83%, gluten, chleb mieszany, szynka, papryka	Zupa barszcz czerwony, kiełbasa opiekana, ziemniaki, surówka z pora, herbata czarna	porcje rosółowe, buraki, śmietana 18%, włoszczyzna, chleb mieszany, ziemniaki, gluten, kiełbasa biała parzona, por, marchew, jabłka, majonez, herbata czarna, cukier	Budyń, flipsy, owoc	Budyń, mleko, cukier, flipsy

Wartość kaloryczna		285 kcal		860 kcal		152kcal
08.09.2020 wtorek	kawa z mlekiem, chleb mieszany, masło, pasta jajeczna, ogórek zielony	mleko 3,2% z laktozą, kawa inka, masło śmietankowe 83%, gluten, jajka, ser żółty, chleb mieszany, ogórek	Zupa koperkowa, kotlet drobiowy, ryż, kapusta pekińska, kompot z owoców	włoszczyzna, porcje rosółowe, ziemniaki, koper, śmietana, ryż, filet z kurczaka, mąka, jajko, kapusta pekińska, jabłko, olej, kukurydza konserwowa, owoce mrożone,	Kasza manna na mleku z sokiem, owoc,	Mleko, gluten, kasza manna, sok wiśniowy, owoc
Wartość kaloryczna		273 kcal		700 kcal		350kcal
09.03.2020 środa	Kawa z mlekiem,, chleb mieszany, masło, kiełbasa krakowska, pomidor	mleko 3,2% z laktozą , cukier, kawa inka, masło śmietankowe 83%, gluten, kiełbasa krakowska, chleb mieszany, pomidor	Zupa żurek z kiełbasą i jajkiem, makaron z serem i truskawkami, woda z cytryną	włoszczyzna, porcje rosółowe, ziemniaki, śmietana 18%, kiełbasa biała, jajko, chleb mieszany, makaron, gluten, twaróg, truskawki, śmietana, cukier, cytryna	Kisiel, herbatniki, owoc	Mąka pszenna, mleko, gluten, cukier, kisiel, owoc
Wartość kaloryczna		255kcal		842 kcal		130kcal
10.09.2020 czwartek	Kakao, kanapka z twarożkiem i rzodkiewką,	mleko 3,2% z laktozą , gluten, kakao, chleb mieszany, twarożek, rzodkiewka, szczypior	Zupa ogórkowa, kotlet mielony, kasza gryczana, buraczki, herbata z cytryną	włoszczyzna, wywar z mięsa drobiowego, ogórek kiszony, ziemniaki, chleb mieszany, mięso mielone z łopatkami, jajka, buraki, olej, cytryna	Ciastka owsiane, mleko, owoc	mleko, mąka, jajka, gluten, cukier, owoc
Wartość kaloryczna		230 kcal		890 kcal		135kcal
11.09.2020 piątek	Kawa z mlekiem, chleb mieszany, parówka, keczup, papryka	mleko 3,2% z laktozą, gluten, masło śmietankowe 83%, parówka, keczup, papryka	Zupa neapolitańska, chleb mieszany, ryba po grecku, ziemniaki, herbata owocowa	włoszczyzna, wywar z mięsa drobiowego, śmietana 18%, ziemniaki, makaron, chleb mieszany, gluten, filet z herbata	Mlekołaki, mleko, banan	mleko, kakao, mąka , cukier
Wartość kaloryczna		318 kcal		683 kcal		260 kcal