

Jadłospis od 14.09.2020 do 25.09.2020

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
14. 09.2020 poniedziałek	Kawa z mlekiem, chleb z masłem, połędwica, pomidor	mleko 3,2% z laktozą, kawa inka, cukier, masło śmietankowe 83 %, gluten, chleb mieszany, połędwica gotowana, pomidor	Zupa szczawiowa, makaron carbonara, herbata, owoc	Wywar z kurczaka, włoszczyzna, śmietana 18% , chleb mieszany, gluten, ziemniaki, szczaw konserwowy, jajka, makaron, herbata, jabłko	Wafelki, mleko, owoc	mleko, gluten, mąka pszenna,, jajka, cukier, owoc
Wartość kaloryczna		296 kcal		670 kcal		350 kcal
15.09.2020 wtorek	Zupa mleczna, bułka z masłem i dżemem	mleko 3,2% z laktozą, cukier, masło śmietankowe 83%, gluten, bułka pszenna, dżem owocowy	Zupa jarzynowa, roladki z mięsa drobiowego, ryż, korniszon, woda z cytryną	włoszczyzna, wywar z kurczaka, gluten, włoszczyzna, śmietana, , chleb mieszany, ziemniaki, mięso mielone z kurczaka, cytryna	Jogurt owocowy, ciastka maślane,	mleko, mąka pszenna, jajka, gluten, cukier, owoce
Wartość kaloryczna		300 kcal		850 kcal		160 kcal
16.09.2020 środa	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 grochówka, naleśniki z serem, herbata	porcje rosółowe, włoszczyzna, śmietana 18%, ziemniaki, groch, kiełbasa, chleb mieszany, gluten, gluten, marchewka, makaron, twaróg biały, śmietana, cukier	Galaretka, herbatniki, owoc	Galaretka, mąka pszenna, gluten, jaja, cukier, owoc
Wartość kaloryczna		246 kcal		894 kcal		170 kcal
17.09.2020 czwartek	Kawa z mlekiem, chleb mieszany, masło, ser żółty, pomidor	mleko 3,2% z laktozą, kawa inka, cukier, masło śmietankowe 83%, gluten, chleb mieszany, ser żółty, papryka	Zupa kalafiorowa, karkówka z żurawiną, kasza bulgur, mizeria, woda z cytryną	porcje rosółowe, śmietana 18%, włoszczyzna, chleb mieszany, ziemniaki, gluten, kalafior, śmietana, karkówka, żurawina, kasza bulgur, cytryna,	Biszkopty, mleko, mandarynka	Mąka pszenna, gluten, jajka, cukier, mleko
Wartość kaloryczna		285 kcal		860 kcal		152kcal
18.09.2020	kawa z mlekiem,	mleko 3,2% z laktozą,	Zupa pomidorowa z	włoszczyzna, porcje	Placek drożdżowy z	Mleko, gluten,

piątek	chleb mieszany, masło, kielbasa krakowska z szynki ,ogórek zielony	kawa inka, masło śmietankowe 83% , gluten , chleb mieszany, kielbasa krakowska, ogórek	ryżem, ziemniaki, kotlet rybny, sałatka z kiszonych ogórków, woda z cytryną	rosółowe, śmietana 18% , ryż, koncentrat pomidorowy, filet z miruny, jajka , ogórki kiszone, cytryna,	rodzynekami, mleko,	jajka , cukier, rodzyнки,
Wartość kaloryczna		273 kcal		720 kcal		360kcal
21.03.2020 poniedziałek	Kawa z mlekiem,, chleb mieszany, masło, paszтет drobiowy, pomidor	mleko 3,2% z laktozą , cukier, kawa inka, masło śmietankowe 83% , gluten , paszтет drobiowy, chleb mieszany, pomidor	Zupa brokułowa, gałka mięsna ,kasza jęczmienna, surówka z kapusty z bazylią, herbata owocowa	porcje rosółowe, ziemniaki, brokuł, śmietana 18% , chleb mieszany , marchewka, kasza jęczmienna, kapusta biała, bazylia, herbata	Serek waniliowy , herbatniki	Mleko , gluten , mąka pszenna, jajka , cukier
Wartość kaloryczna		255kcal		850 kcal		140kcal
22.09.2020 wtorek	Kakao, kanapka z jajkiem, chleb mieszany, sałata	mleko 3,2% z laktozą , gluten , kakao, chleb mieszany, jajka , sałata	Zupa rosół, kurczak pieczony, ziemniaki, marchewka tuszona, kompot z owoców	włoszczyzna, wywar z mięsa drobiowego, chleb mieszany, gluten , makaron, marchew, ziemniaki, kurczak, owoce mrożone,	Mleko , flipsy, owoc	mleko , mąka, jajka gluten , cukier, owoc
Wartość kaloryczna		230 kcal		890 kcal		135kcal
23.09.2020 środa	Kawa z mlekiem, chleb mieszany, polędwica gotowana, ogórek	mleko 3,2% z laktozą , gluten , kawa inka, masło śmietankowe 83% , chleb mieszany, polędwica ,ogórek	Zupa fasolowa z kielbasą, makaron z serem i cynamonem, herbata czarna	włoszczyzna, wywar z mięsa drobiowego, fasola, kielbasa , ziemniaki, chleb mieszany, gluten , makaron, śmietana 18 % ,cynamon, herbata	Płatki kukurydziane z mlekiem, owoc	mleko , płatki kukurydziane, gluten , owoc
Wartość kaloryczna		318 kcal		683 kcal		260 kcal
24.09.2020 czwartek	kakao, twarożek ze szczypiorkiem,	mleko3,2% z laktozą , gluten , kakao, chleb mieszany, twaróg biały , szczypiorek	Zupa z płatkami ryżowymi, gołąbki, Woda z cytryną	włoszczyzna, wywar z kurczaka, płatki ryżowe, chleb mieszany , gluten , ziemniaki, kapusta, mięso mielone z łopatki, cytryna	Pączuszki drożdżowe, mleko	Mleko , gluten , mąka pszenna, jajka , cukier,
Wartość kaloryczna		280 kcal		850 kcal		400 kcal

25.09.2020 piątek	Kawa z mlekiem, Chleb mieszany, kiełbasa krakowska sucha, papryka	Mleko 3,2% z laktozą, kawa inka, masło śmietankowe 82%, chleb mieszany, krakowska sucha, papryka	Zupa krupnik, ryba z ananasem, herbata owocowa	włoszczyzna, wywar z kurczaka, gluten, chleb mieszany, filet z miruny, ananas, cebula, herbata	Ciastka markizy, mleko, owoc	Mleko, gluten, mąka pszenna, jajka, cukier, owoc
Wartość kaloryczna		290 kcal		750 kcal		360 kcal