

Jadłospis

od dnia 09.06.2025 r. do dnia 13.06.2025 r.

Data	Śniadanie	Składniki	Obiad	Składniki	Podwieczorek	Składniki	Alergeny	Kalorie
09.06 Pn.	1.Weka z masłem, serkiem hochland i rzodkiewką. 2.Kawa Inka.	1.Weka pszenna, masło, serek hochland , rzodkiewka. 2.Mleko, kawa Inka, cukier.	1.Zupa bułgarska z kielbasą i pieczywem. 2.Ryż z musem truskawkowym. 3.Kompot. 4. Drożdżówka.	1.Papryka, kielbasa, przecier pomidorowy, fasola czerwona, chleb mieszany , ziemniaki, marchew, pietruszka, cebula, natka, pory, seler . 2.Ryż, śmietana , jogurt naturalny, masło , truskawki, cukier. 3.Woda, owoce mieszane, cukier. 4.Drożdżówka.	1.Ciasto marchewkowe. 2.Herbata owocowa.	1. Mąka, jajka , soda, marchewka, cukier. 2.Herbata owocowa, cukier.	laktoza gluten seler kawa Inka	870,00 kcal
10.06 Wt.	1.Bułka z masłem, połędwicą z drobiu i sałatą zieloną. 2.Herbata lipowa.	1. Bułka pszenna , masło , połędwica z drobiu, sałata zielona. 2.Herbata lipowa, cukier.	1.Zupa selerowa z tartym ciastem. 2. Kotlet drobiowy, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej. 3.Herbata z cytryną.	1. Seler, zacierka, śmietana , groszek zielony, marchew, pietruszka, cebula, pory, natka. 2.Filet z kurczaka, ziemniaki, jajka, mąka , bułka tarta , olej, pekińska, koperek, śmietana , pieprz, papryka, sól. 3.Woda, herbata, cytryna, cukier.	1.Kisiel z jabłkami. 2.Ciasteczko zbożowe.	1.Mąka ziemniaczana, cukier, sok, jabłka. 2. Ciasteczko zbożowe .	laktoza gluten seler jajka	909,00 kcal
11.06 Śr.	1.Kanapka z masłem, pasta z tuńczyka z jajkiem i ogórkiem kiszonym. 2.Herbata miętowa.	1. Chleb ziarno , masło, tuńczyk w sosie, śmietana , jajka , ogórk. 2.Herbata miętowa, cukier.	1.Zupa ziemniaczana. 2.Łazanki z kapustą i pieczarkami. 3.Kompot. 4.Mus owocowy.	1.Ziemniaki, śmietana, seler , marchewka, pietruszka, pory, cebula, natka. 2.Kapusta biała, pieczarki, makaron , cebula, olej, pieprz, sól, czosnek, papryka, 3.Woda, owoce mieszane, cukier. 4.Mus owocowy.	1.Jogurt fantazja. 2.Paleczki kukurydziane.	1. Jogurt fantazja . 2.Paleczki kukurydziane.	laktoza gluten seler jajka ryba	800,00 kcal
12.06 Czw.	1.Bułka z masłem, kielbasą szynkową i pomidorem. 2.Herbata owocowa.	1. Bułka pszenna , masło , kielbasa szynkowa, pomidor. 2.Herbata owocowa, cukier.	1.Zupa ogórkowa z ziemniakami. 2.Gulasz z kaszą jęczmienną, buraczki z chrzanem. 3.Woda z pomarańczą	1.Ogórki kiszone, ziemniaki, śmietana, seler , marchewka, pietruszka, pory, cebula, natka, sól. 2.Szynka surowa, kasza jęczmienna, mąka , olej, buraki, chrzan, ocet, cebula, pieprz, papryka, czosnek. 3.Woda, pomarańcza, miód, goździki.	1.Serniczek owocowy. 2.Oreo.	1. Serniczek owocowy . 2. Oreo .	laktoza gluten seler	900,00 kcal
13.06 Pt.	1.Kanapka z masłem, pasztetem z drobiu i ogórkiem kiszonym. 2.Herbata rumiankowa.	1. Chleb mieszany , masło , pasztet drobiowy, ogórek. 2.Herbata, rumiankowa, cukier.	1.Zupa pomidorowa z makaronem. 2.Ryba z pieca w sosie koperkowym, ziemniaki, sałatka z ogórków i papryki. 3.Kompot.	1.Przeier pomidorowy, makaron, śmietana , marchew, pietruszka, pory, seler , cebula, natka. 2. Ryba miruna , ziemniaki, śmietana, mąka , ogórki kiszone, papryka, koperek, sól, cebula. 3.Woda, owoce mieszane, cukier.	1.Legumina z sokiem.	1. Kasza manna , mleko , cukier, sok.	laktoza gluten seler ryba	990,00 kcal

Pogrubioną czcionką zaznaczono posiłki, w których znajdują się alergeny. W naszej kuchni używane są produkty zawierające alergeny pokarmowe:

- ✓ **zboża zawierające gluten**: pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz i produkty pochodne
- ✓ **jaja i produkty pochodne**
- ✓ **ryby i produkty pochodne**
- ✓ **składniki zup**: seler i produkty pochodne a także **cytrusy**
- ✓ **produkty mleczne**: nietolerancja cukru mlekowego – laktozy (**alergia na białko mleka krowiego**), dwutlenek siarki : **składnik suszonych owoców**



Jadłospis

od dnia 16.06.2025 r. do dnia 23.06.2025 r.

Data	Śniadanie	Składniki	Obiad	Składniki	Podwieczorek	Składniki	Alergeny	Kalorie
16.06 Pn.	1.Płatki kukurydziane z mlekiem. 2.Kanapka z masłem i miodem.	1.Mleko, płatki kukurydziane. 2.Chleb mieszany, masło, miód.	1.Zupa gulaszowa z pieczywem. 2.Racuchy z jabłkami. 3.Kompot. 4.Jogurt pitny.	1.Szynka surowa, przecier pomidorowy, fasola czerwona, chleb mieszany , seler , marchew, pietruszka, cebula, pory, natka, sól. 2.Mleko, jajka, mąka, drożdże, olej, jabłka, cukier. 3.Woda, owoce mieszane, cukier. 4.Jogurt pitny.	1.Budyń czekoladowy. 2.Herbatniki.	1.Mąka ziemniaczana, mleko, cukier, kakao. 2.Herbatniki.	laktoza gluten seler jajka	875,00 kcal
18.06 Śr.	1.Bułka z masłem, parówka z keczupem. 2.Herbata lipowa	1.Bułka pszenna, masło, parówki, keczup. 2.Herbata lipowa cukier.	1.Zupa pieczarkowa z ziemniakami. 2.Spaghetti. 3.Kompot. 4.Banan.	1.Pieczarki, ziemniaki, śmietana, seler, marchew, pietruszka, cebula, pory, natka, sól. 2.Łopatka wieprzowa, makaron, passata, ser żółty, pomidory, mąka, seler, olej, cebula, czosnek, pieprz. 3.Woda, owoce mieszane, cukier. 4.Banan.	1.Mus owocowy. 2. Kołacz z serem.	1.Mus owocowy. 2.Kołacz z serem.	laktoza gluten seler	850,00 kcal
20.06 Pt.	1.Weka z masłem, jajecznicą ze szczypiorkiem. 2.Mleko.	1.Weka pszenna, masło, jajka, szczypiorek. 2.Mleko.	1.Zupa kalafiorowa z ziemniakami. 2.Makaron z serem. 3.Kompot.	1.Kalafior, ziemniaki, śmietana, seler, pory, marchew, pietruszka, cebula, natka, pieprz. 2.Twaróg, makaron, masło, cukier. 3.Woda, owoce mieszane, cukier.	1.Serek smakowy. 2.Knopers.	1.Serek smakowy. 2.Knopers.	laktoza gluten seler jajka	880,00 kcal
23.06 Pn.	1.Bułka z masłem, serek na słodko. 2.Kakao.	1.Bułka pszenna, masło, twaróg, śmietana, cukier. 2.Mleko, kakao, cukier.	1.Kapuśniak z kielbasą i pieczywem. 2.Pierogi ruskie 3.Kompot.	1.Kapusta , przecier pomidorowy, kielbasa, chleb mieszany, marchew, seler, pietruszka, cebula, pory, natka, czosnek, sól. 2.Ziemniaki, mąka, jajka, twaróg, olej, cebula, pieprz. 3.Woda, owoce mieszane, cukier.	1.Salatka owocowa.	1.Ananasy, brzoskwinie, banan, winogrono.	laktoza gluten seler jajka kakao	890,00 kcal
24.06 Wt.	1.Bułka z masłem, szynką wieprzową i pomidorem. 2.Herbata miętowa.	1.Bułka pszenna, masło, szynka, pomidor. 2.Herbata miętowa, cukier	1.Zupa krupnik. 2.Pieczeń wieprzowa, ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty. 3.Herbata z cytryną.	1.Udko z drobiu, kasza jęczmienna, śmietana, marchewka, pietruszka, cebula, pory, seler, natka, sól. 2.Szynka surowa, ziemniaki, mąka, olej, kapusta czerwona, jabłka, cebula, pieprz, ocet. 3.Woda, herbata, cytryna, cukier.	1.Koktajl truskawkowy. 2.Chrupki kukurydziane.	1.Jogurt naturalny, cukier, truskawki. 2.Chrupki kukurydziane.	laktoza gluten seler	990,00 kcal

Pogrubioną czcionką zaznaczono posiłki, w których znajdują się alergeny. W naszej kuchni używane są produkty zawierające alergeny pokarmowe:

- ✓ **zboża zawierające gluten:** pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz i produkty pochodne
- ✓ **jaja i produkty pochodne**
- ✓ **ryby i produkty pochodne**
- ✓ **składniki zup:** seler i produkty pochodne a także **cytrusy**
- ✓ **produkty mleczne:** nietolerancja cukru mlekowego – laktoza (alergia na białko mleka krowiego), dwutlenek siarki : **składnik suszonych owoców**

