

Jadłospis

od dnia 28.11.2024 r. do dnia 04.12.2024 r.

Data	Śniadanie	Składniki	Obiad	Składniki	Podwieczorek	Składniki	Alergeny	Kalorie
28.11 Czw.	1. Bułka z masłem, parówka z drobiu z keczupem. 2. Herbata.	1. Bułki pszenne, masło , parówki, keczup. 2. Herbata, cukier	1. Zupa kalafiorowa z ziemniakami. 2. Makaron pene z kurczakiem w sosie śmietanowym z brokułami. 3. Woda z miętą i cytryną.	1. Kalafior, ziemniaki, śmietana , marchew, pietruszka, cebula, natka, pory, seler . 2. Makaron pene , filet z kurczaka, brokoły, śmietana, mąka, masło klarowane , olej, pieprz, czosnek, pomidory suszone, sól, bazylija. 2. Woda, mięta, miód, cytryna.	1. Kołacz z serem. 2. Herbata owocowa.	1. Kołacz z serem . 2. Herbata owocowa, cukier.	laktoza gluten seler	890,00 kcal
29.11 Pt.	1. Kanapka z masłem, serem żółtym i pomidorem. 2. Mleko.	1. Chleb ziarno, masło, ser żółty , pomidor. 2. Mleko .	1. Zupa krupnik. 2. Ryba panierowana, ziemniaki, surówka z kiszanej kapusty. 3. Kompot.	1. Udko z drobiu, kasza jęczmienna, śmietana, seler , marchew, pietruszka, cebula, pory, natka, sól, czosnek. 2. Ziemniaki, ryba miruna, jajka, bułka tarta, mąka , olej, kapusta kiszona, marchewka, cebula, pieprz. 3. Woda, owoce mieszane, cukier, sól.	1. Jogurt owocowy. 2. Pierniczki.	1. Jogurt owocowy . 2. Pierniczki .	laktoza gluten seler jajka ryba	929,00 kcal
02.12 Pn.	1. Płatki czekoladowe z mlekiem. 2. Kanapka z masłem i dżemem.	1. Mleko, płatki czekoladowe . 2. Chleb mieszany, masło , dżem.	1. Barszcz czerwony z ziemniakami. 2. Parzaki z musem truskawkowym i polewą czekoladową. 3. Kompot.	1. Buraki, ziemniaki, śmietana, mąka, seler , marchewka, pietruszka, pory, cebula, natka, ocet. 2. Mąka, mleko, jajka, masło , cukier, truskawki, drożdże, kakao , 3. Woda, owoce mieszane, cukier.	1. Banan. 2. Ciasteczko zbożowe.	1. Banan. 2. Ciasteczko zbożowe .	laktoza gluten seler jajka kakao	855,00 kcal
03.12 Wt.	1. Bułka z masłem, szynką konserwową i sałata zieloną. 2. Herbata miętowa.	1. Bułki pszenne, masło , szynka, sałata zielona. 2. Herbata miętowa, cukier.	1. Zupa brokułowa z makaronem. 2. Nagetsy, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej. 3. Herbata z cytryną.	1. Brokoły, makaron, śmietana , marchewka, pietruszka, pory, seler , cebula, natka, sól. 2. Filet z drobiu, ziemniaki, jajka, mąka, bułka tarta , olej, kapusta pekińska, śmietana , koperek, marchewka, pieprz. 3. Woda, herbata, cytryna, cukier.	1. Budyń czekoladowy. 2. Herbatniki.	2. Mąka ziemniaczana, mleko, kakao , cukier. 2. Herbatniki .	laktoza gluten seler jajka	890,00 kcal
04.12 Śr.	1. Weka z masłem, pasztetem i ogórkiem kiszonym. 2. Kawa Inka.	1. Weka pszenna, masło , pasztet, ogórek kiszony. 2. Mleko, kawa Inka , cukier.	1. Żurek z jajkiem, kielbasą, pieczywem. 2. Pierogi ruskie. 3. Kompot.	1. Żurek kwaszony, kielbasa, jajka, śmietana, chleb mieszany , marchew, seler , pietruszka, pory, cebula, natka, czosnek. 2. Ziemniaki, jajka, mąka, twaróg , cebula, pieprz, sól. 3. Woda, owoce mieszane, cukier.	1. Marchewka tarta z jabłkiem.	1. Marchewka, jabłko, cukier.	laktoza gluten seler jajka kawa Inka	889,00 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 05.12.2024 r. do dnia 11.12.2024 r.

Data	Śniadanie	Składniki	Obiad	Składniki	Podwieczorek	Składniki	Alergeny	Kalorie
05.12 Czw.	1. Bułka z masłem, kabanosy z drobiu, keczup. 2. Herbata lipowa.	1. Bułki pszenne, masło , kabanosy, keczup. 2. Herbata lipowa, cukier.	1. Zupa kalafiorowa z ziemniakami. 2. Gulasz wieprzowy, kasza kus-kus, buraczki z chrzanem. 3. Woda z pomarańczą i goździkami.	1. Kalafior, ziemniaki, śmietana, seler , marchew, pietruszka, cebula, pory, natka, sól. 2. Szyńka wieprzowa, kasza kus-kus, mąka , olej, buraki, chrzan, czosnek, papryka, pieprz, ocet. 3. Woda, pomarańcza, miód, goździki.	1. Legumina z sokiem.	1. Mleko, kasza manna , cukier, sok.	laktoza gluten seler	899,00 kcal
06.12 Pt.	1. Kanapka z masłem, pastą jajeczną ze szczypiorkiem. 2. Kakao.	1. Chleb ziarno, masło, jajka, śmietana , szczypiorek. 2. Mleko, kakao , cukier.	1. Zupa pomidorowa z ryżem. 2. Ryba z pieca w sosie koperkowym, ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty. 3. Kompot.	1. Koncentrat pomidorowy, ryż, śmietana, seler , marchew, pietruszka, cebula, pory, natka, sól. 2. Ryba miruna , ziemniaki, mąka, śmietana , koperek, masło , kapusta czerwona, jabłka, cebula, olej, pieprz, czosnek, papryka. 3. Woda, owoce mieszane, cukier.	1. Drożdżówka. 2. Mus owocowy.	1. Drożdżówka . 2. Mus owocowy.	laktoza gluten seler ryba kakao	900,00 kcal
09.12 Pn.	1. Płatki owsiane z mlekiem. 2. Kanapka z masłem i miodem.	1. Mleko, płatki owsiane . 2. Weka pszenna, masło , miód.	1. Zupa grochowo-ziemniaczana z kielbasą i pieczywem. 2. Naleśniki z serem i dżemem. 3. Kompot.	1. Groch omielony, kielbasa, chleb mieszany, mąka, seler , pory, marchew, pietruszka, cebula, natka, sól. 2. Mleko, mąka, jajka, twaróg, śmietana , cukier, dżem, olej, cukier wanilinowy. 3. Woda, owoce mieszane, cukier.	1. Serek waniliowy. 2. Pałeczki kukurydziane.	1. Serek waniliowy . 2. Pałeczki kukurydziane.	laktoza gluten seler jajka	870,00 kcal
10.12 Wt.	1. Bułka z masłem, filetem z indyka i pomidorem. 2. Herbata rumiankowa.	1. Bułki pszenne, masło , filet z indyka, pomidor. 2. Herbata rumiankowa, cukier.	1. Zupa krupnik. 2. Klops w sosie pomidorowym, ziemniaki, sałatka z ogórków kiszonych i papryki. 3. Herbata z sokiem.	1. Udko z drobiu, kasza jęczmienna, śmietana , marchew, seler , pietruszka, cebula, pory, natka, czosnek, sól. 2. Łopatka wieprzowa, ziemniaki, mąka, bułki pszenne, jajka , przecier pomidorowy, śmietana , olej, ogórki kiszzone, papryka świeża, cebula, pieprz, papryka. 3. Woda, herbata, sok, cukier.	1. Kisiel z jabłkami. 2. Ciasteczko oreo.	1. Mąka ziemniaczana, sok, jabłka, cukier. 2. Ciasteczko oreo .	laktoza gluten seler	895,00 kcal
11.12 Śr.	1. Kanapka z masłem, jajecznica ze szczypiorkiem. 2. Mleko.	1. Chleb ziarno, masło, jajka , szczypiorek. 2. Mleko .	1. Zupa pieczarkowa z ziemniakami. 2. Łazanki z kapustą. 3. Kompot. 4. Klementynka.	1. Pieczarki, ziemniaki, śmietana, mąka , marchewka, pietruszka, cebula, pory, seler , natka, sól. 2. Kapusta biała, cebula, olej, makaron , pieprz, czosnek. 3. Woda, owoce mieszane, cukier. 4. Klementynka.	1. Koktajl truskawkowy. 2. Herbatniki.	1. Truskawki, cukier, jogurt naturalny . 2. Herbatniki.	laktoza gluten seler kakao jajka	870,00 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**

