

# Jadłospis

od dnia 14.11.2024 r. do dnia 20.11.2024 r.

Data	Śniadanie	Składniki	Obiad	Składniki	Podwieczorek	Składniki	Alergeny	Kalorie
14.11 Czw.	1.Kanapka z masłem, pasztetem z drobiu i pomidorem. 2.Herbata rumiankowa.	1.Chleb mieszany, masło, pasztet z drobiu, pomidor. 2.Herbata rumiankowa,cukier	1.Zupa krupnik. 2.Kotlet schabowy, ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty. 3.Woda z miętą i cytryną.	1.Udko z drobiu, śmietana, kasza jęczmienna, marchew, pietruszka, cebula, natka, pory, seler. 2.Schab wieprzowy, ziemniaki, jajka, bułka tarta, kapusta czerwona, cebula, jabłka, mąka, olej, pieprz, czosnek, cebula, sól. 2.Woda, mięta, miód, cytryna.	1.Budyń waniliowy. 2.Herbatniki.	1.Mąka ziemniaczana, cukier, cukier wanilinowy, mleko. 2.Herbatniki.	laktoza gluten seler seler jajka	885,00 kcal
15.11 Pt.	1.Tosty z serem żółtym i keczupem. 2.Kakao.	1.Chleb tostowy, masło, ser żółty, keczup. 2.Kakao, mleko, cukier.	1.Zupa brokułowa z makaronem. 2.Kotlety rybne, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z ogórkiem i marchewką. 3.Kompot.	1.Brokuły, makaron, śmietana, seler, marchew, pietruszka, cebula, pory, natka, sól, czosnek, sól. 2.Ziemniaki, ryba miruna, jajka, bułki pszenne, bułka tarta, mąka, olej, kapusta kiszona, ogórki kiszone, marchewka, musztarda, cebula, pieprz. 3.Woda, owoce mieszane, cukier, sól.	1.Pączek. 2.Herbata owocowa.	1.Pączek. 2.Herbata owocowa, cukier.	laktoza gluten seler seler jajka kakao	899,00 kcal
18.11 Pn.	1.Ryż na mleku. 2.Kanapka z masłem i miodem.	1.Mleko, ryż. 2.Chleb mieszany, masło, miód.	1.Zupa gulaszowa z pieczywem. 2.Makaron z serem i musem malinowym. 3.Kompot.	1.Szynka surowa, przecier pomidorowy, papryka świeża, fasola czerwona, chleb mieszany, seler, marchewka, pietruszka, pory, cebula, natka. 2.Makaron, twaróg, masło, cukier, maliny. 3.Woda, owoce mieszane, cukier.	1.Ciasto marchewkowe. 2.Herbata.	1.Mąka, jajka, marchewka, cukier. 2.Herbata, cukier.	laktoza gluten seler	850,00 kcal
19.11 Wt.	1.Bułka z masłem, szynką konserwowa i ogórkiem zielonym. 2.Herbata miętowa.	1.Bułki pszenne, masło, szynka, ogórek zielony. 2.Herbata miętowa, cukier.	1.Zupa selerowa z tartym ciastem. 2.Kotlet z drobiu, ziemniaki, sałata zielona. 3.Herbata z cytryną.	1.Seler, tarte ciasto, śmietana, groszek zielony, marchewka, pietruszka, pory, cebula, natka, sól. 2.Filet z drobiu, ziemniaki, jajka, mąka, bułka tarta, olej, sałata zielona, śmietana, pieprz. 3.Woda, herbata, cytryna, cukier.	1.Kisiel z jagodami. 2.Pączeczki kukurydziane.	2.Mąka ziemniaczana, sok, cukier, jagody. 2.Pączeczki kukurydziane.	laktoza gluten seler seler jajka	870,00 kcal
20.11 Śr.	1.Weka z masłem, jajkiem gotowanym i szczypiorkiem. 2.Kawa Inka.	1.Weka pszenna, masło, jajka, szczypiorek. 2.Mleko, kawa Inka, cukier.	1.Barszcz ukraiński z pieczywem. 2.Placki ziemniaczane z sosem pieczarkowym. 3.Kompot. 4.Banan.	1.Buraki, fasola sucha, kapusta, śmietana, chleb mieszany, marchew, pietruszka, pory, cebula, natka, czosnek. 2.Ziemniaki, jajka, mąka, pieczarki, cebula, śmietana, marchewka, pieprz, czosnek, sól. 3.Woda, owoce mieszane, cukier. 4.Banan.	1.Sałatka owocowa.	1.Banan, kiwi, ananasy, jabłko, brzoskwinia.	laktoza gluten seler seler jajka	880,00 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**



# Jadłospis

od dnia 21.11.2024 r. do dnia 27.11.2024 r.

Data	Śniadanie	Składniki	Obiad	Składniki	Podwieczorek	Składniki	Alergeny	Kalorie
21.11 Czw.	1. Bułka z masłem, połówką z indyka i sałatą. 2. Herbata lipowa.	1. <b>Bułki pszenne, masło</b> , połówka z indyka, sałata. 2. Herbata lipowa, cukier.	1. Zupa ogórkowa z ziemniakami. 2. Spaghetti. 3. Woda z pomarańczą i goździkami.	1. Ogórki kiszzone, ziemniaki, <b>śmietana, seler</b> , marchew, pietruszka, cebula, pory, natka, sól. 2. Łopatka wieprzowa, passata pomidorowa, pomidory, <b>makaron, mąka, ser żółty</b> , czosnek, papryka, pieprz, oregano. 3. Woda, pomarańcza, miód, goździki.	1. Serek smakowy. 2. Knopers.	1. <b>Serek smakowy.</b> 2. <b>Knopers.</b>	laktoza gluten seler	879,00 kcal
22.11 Pt.	1. Kanapka z masłem, serkiem topionym i pomidorem. 2. Mleko.	1. <b>Chleb ziarno, masło, serek topiony</b> , pomidor. 2. Mleko.	1. Zupa koperkowa z ryżem. 2. Ryba w cieście, ziemniaki, surówka z kapusty i buraków. 3. Kompot.	1. Koperek, ryż, <b>śmietana, seler</b> , marchew, pietruszka, cebula, pory, natka, sól. 2. <b>Ryba miruna</b> , ziemniaki, <b>mąka, mleko, jajka</b> , kapusta kiszona, buraki, cebula, olej, pieprz, czosnek, papryka. 3. Woda, owoce mieszane, cukier.	1. Drożdżówka. 2. Soczek owocowy.	1. <b>Drożdżówka.</b> 2. Soczek owocowy.	laktoza gluten seler jajka	900,00 kcal
25.11 Pn.	1. Płatki kukurydziane z mlekiem. 2. Weka z masłem i powidłem.	1. <b>Mleko</b> , płatki kukurydziane. 2. <b>Weka pszenna, masło</b> , powidło.	1. Zupa bułgarska z kielbasą i pieczywem. 2. Parzaki z mussem truskawkowym i polewą czekoladową. 3. Kompot. 4. Mus	1. Paryka, kielbasa, przecier pomidorowy, <b>chleb mieszany, mąka, seler</b> , pory, marchew, pietruszka, cebula, natka, sól. 2. <b>Mleko, mąka, jajka, masło, kakao</b> , truskawki, cukier, drożdże, cukier wanilinowy. 3. Woda, owoce mieszane, cukier. 4. Mus owocowy.	1. Mandarynka. 2. Mleczna kanapka.	1. Manadarynka. 2. <b>Mleczna kanapka.</b>	laktoza gluten seler kakao jajka	850,00 kcal
26.11 Wt.	1. Bułka z masłem, kielbasą szynkową i ogórkiem świeżym. 2. Herbata mięt.	1. <b>Bułki pszenne, masło</b> , kielbasa szynkowa, ogórek świeży. 2. Herbata miętowa, cukier.	1. Rosół z zacierką. 2. Bitki w sosie, ziemniaki, surówka z selera z żurawiną. 3. Herbata z sokiem.	1. Udko z drobiu, <b>zacierka</b> , marchew, <b>seler</b> , pietruszka, cebula, pory, natka, czosnek, sól. 2. Schab wieprzowy, ziemniaki, <b>mąka, seler, śmietana</b> , olej, cebula, żurawina, pieprz, papryka. 3. Woda, herbata, sok, cukier.	1. Koktajl bananowy. 2. Chrupki kukurydziane.	1. <b>Jogurt naturalny</b> , banany, <b>mleko</b> , cukier. 2. Chrupki kukurydziane.	laktoza gluten seler	895,00 kcal
27.11 Śr.	1. Kanapka z masłem, pastą serowo-rybną 2. Kakao.	1. <b>Chleb mieszany, masło, twaróg, filet z makreli, śmietana.</b> 2. <b>Mleko, kakao</b> , cukier.	1. Zupa pomidorowa z ryżem. 2. Kluski leniwe z serem, surówka z marchwi i jabłka. 3. Kompot.	1. Przecier pomidorowy, ryż, <b>śmietana</b> , marchewka, pietruszka, cebula, pory, <b>seler</b> , natka, sól. 2. Ziemniaki, <b>twaróg, mąka, jajka, masło</b> , marchewka, jabłka, cukier. 3. Woda, owoce mieszane, cukier.	1. Wafle ryżowe z nutellą. 2. Herbata owocowa.	1. Wafle ryżowe, <b>nutella.</b> 2. Herbata owocowa, cukier.	laktoza gluten seler kakao jajka ryba	890,00 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**

