

# Jadłospis

od dnia 10.05.2024 r. do dnia 16.05.2024 r.

Data	Śniadanie	Składniki	Obiad	Składniki	Podwieczorek	Składniki	Alergeny	Kalorie
10.05 Pt.	1.Kanapka z masłem, serem żółtym i pomidorem. 2.Mleko.	1.Chleb mieszany, masło, ser żółty, pomidor. 2.Mleko.	1.Zupa koperkowa z ryżem. 2.Ryba panierowana, ziemniaki, surówka z kiszanej kapusty. 3.Kompot.	1.Koperek, ryż, śmietana, mąka, marchew, pietruszka, cebula, natka, pory, seler, sól. 2.Ryba miruna, ziemniaki, olej, jajka, bułka tarta, mąka, marchewka, cebula, kapusta kiszona, czosnek, pieprz. 3.Woda, owoce mieszane, cukier.	1.Serek smakowy. 2.Pierniczek.	2.Serek smakowy. 2.Pierniczek.	laktoza gluten seler jajka ryba	990,00 kcal
13.05 Pn.	1.Ryż na mleku. 2.Kanapka z masłem i dżemem.	1.Mleko, ryż. 2.Chleb mieszany, masło, dżem.	1.Zupa grochowo-ziemniaczana z kielbasą, i pieczywem. 2.Makaron z serem i musem malinowym. 3.Kompot.	1.Groch omielony, ziemniaki, kielbasa, chleb mieszany, chleb ziarno, seler, marchew, pietruszka, cebula, pory, natka, sól, czosnek. 2.Makaron, masło, twaróg, cukier, maliny 3.Woda, owoce mieszane, cukier, sól.	1.Kołacz z serem. 2.Herbata owocowa.	1.Kołacz z serem. 2.Herbata owocowa.	laktoza gluten seler	835,00 kcal
14.05 Wt.	1.Bułka z masłem, polędwicą z drobiu i sałatą zieloną. 2.Herbata miętowa.	1.Bułka pszenna, masło, polędwica drobiowa, sałata. 2.Herbata miętowa, cukier.	1.Zupa pomidorowa z makaronem. 2.Kotlet panierowany z drobiu, ziemniaki, mizeria. 3.Herbata owocowa.	1.Przecier pomidorowy, makaron, śmietana, seler, marchewka, pietruszka, pory, cebula, natka. 2.Filet z kurczaka, ziemniaki, mąka, jajka, bułka tarta, ogórki, śmietana, cebula, olej, pieprz, papryka, czosnek, sól. 3.Woda, herbata owocowa, cukier.	1.Legumina z sokiem.	1.Mleko, kasza manna, sok.	laktoza gluten seler jajka	870,00 kcal
15.05 Śr.	1.Weka z masłem, pasztetem z drobiu i ogórkiem kiszonym. 2.Kawa Inka.	1.Weka pszenna, masło, paszтет drobiowy, ogórek kiszony. 2.Mleko, kawa Inka, cukier.	1.Zupa jarzynowa z ryżem. 2.Ziemniaki, jajko sadzone, fasolka szparagowa. 3.Kompot.	1.Kalafior, ryż, śmietana, mąka, seler, marchewka, pietruszka, pory, cebula, natka. 2.Jajka, ziemniaki, fasolka szparagowa, masło, olej, sól. 3.Woda, owoce mieszane, cukier.	1.Ciasto marchewkowe. 2.Herbata owocowa.	2.Mąka, jajka, mleko, cukier, marchewka. 2.Herbata owocowa, cukier.	laktoza gluten seler jajka	810,00 kcal
16.05 Czw.	1.Kanapka z masłem, szynką konserwową i pomidorem. 2.Herbata rumiankowa.	1.Chleb mieszany, masło, szynka konserwowa, pomidor. 2.Herbata rumiankowa, cukier.	1.Zupa ogórkowa z ziemniakami. 2.Spaghetti. 3.Herbata z sokiem.	1.Ziemniaki, ogórki kiszane, śmietana, mąka, marchew, pietruszka, pory, seler, cebula, natka. 2.Łopatka b/k, makaron, przecier pomidorowy, pomidory, mąka, olej, czosnek, sól, papryka, pieprz, oregano. 3.Woda, herbata, cukier, sok.	1.Jogurt smakowy. 2.Chrupki kukurydziane.	1.Jogurt smakowy. 2.Chrupki kukurydziane.	laktoza gluten seler	800,00 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 17.05.2024 r. do dnia 23.05.2024 r.

Data	Śniadanie	Składniki	Obiad	Składniki	Podwieczorek	Składniki	Alergeny	Kalorie
17.05 Pt.	1.Kanapka z masłem, twarożek na słodko. 2.Kakao.	1.Chleb ziarno, masło, twaróg, cukier, śmietana. 2.Mleko, kakao, cukier.	1.Zupa brokułowa z makaronem. 2.Ryba po grecku w jarzynach z ziemniakami. 3.Kompot.	1.Brokuly, makaron, śmietana, marchew, pietruszka, cebula, por, seler, natka, sól. 2.Ryba miruna, ziemniaki, mąka olej, pory, marchewka, seler, pietruszka, cebula, czosnek, pieprz, papryka. 3.Woda, owoce mieszane, cukier.	1.Soczek owocowy. 2.Ciasteczko zbożowe.	1.Soczek owocowy. 2.Ciasteczko zbożowe.	laktoza gluten seler kakao	900,00 kcal
20.05 Pn.	1.Płatki kukurydziane z mlekiem. 2.Kanapka z masłem i miodem.	1.Płatki kukurydziane, mleko. 2.Chleb mieszany, masło, miód.	1.Barszcz czerwony z ziemniakami. 2.Pierogi ruskie. 3.Kompot.	1.Buraki, ziemniaki, śmietana, mąka, seler, marchew, sól, pietruszka, cebula, pory, natka, czosnek, ocet. 2.Twaróg, jajka, mąka, ziemniaki, olej, cebula. 3.Woda, owoce mieszane, cukier.	1.Wafle ryżowe z nutellą. 2.Herbata owocowa	1.Wafle ryżowe, nutella. 2.Herbata malinowa, cukier.	laktoza gluten seler jajka	845,00 kcal
21.05 Wt.	1.Bułka z masłem, szynką wieprzową, ogórkiem świeżym. 2.Herbata.	1.Bułki pszenne, masło, masło, szynka, ogórki, cukier. 2.Herbata, sok, cukier.	1.Zupa krupnik. 2.Nagetsy, ziemniaki, mizeria. 3.Herbata z cytryną.	1.Udko z drobiu, kasza jęczmienna, pory, marchew, pietruszka, seler, cebula, natka, sól. 2.Filet z kurczaka, ziemniaki, jajka, mąka, bułka tarta, olej, ogórki świeże, śmietana, pieprz, papryka, czosnek. 3.Woda, herbata, cytryna, cukier.	1.Mus owocowy. 2.Knopers.	1.Mus owocowy. 2.Knopers.	laktoza gluten seler jajka	890,00 kcal
22.05 Śr.	1.Weka z masłem, jajecznica ze szczypiorkiem. 2.Kawa Inka.	1.Weka pszenna, masło, jajka, szczypiorek. 2.Mleko, Inka, cukier.	1.Zupa grochowa z kielbasą i pieczywem. 2.Kluski leniwe, surówka z marchwi i pomarańczy. 3.Kompot.	1.Fasola sucha, kielbasa, chleb mieszany, chleb ziarno, seler, marchew, pietruszka, cebula, pory, natka. 2.Ziemniaki, jajka, mąka, masło, twaróg, marchewka, pomarańcza, śmietana, cukier. 3.Woda, owoce mieszane, cukier.	1.Budyń czekoladowy. 2.Herbatniki.	1.Mąka ziemniaczana, mleko, cukier, kakao. 2.Herbatniki.	laktoza gluten seler Inka jajka	840,00 kcal
23.05 Czw.	1.Bułka z masłem, parówka z drobiu 2.Herbata lipowa.	1.Bułki pszenne, masło, parówki, keczup. 2.Herbata lipowa, cukier.	1.Zupa ogórkowa z ryżem. 2.Sznycelek, ziemniaki, młoda kapustka. 3.Woda z pomarańczą i goździkami.	1.Ogórki kiszone, ryż, śmietana, marchewka, pietruszka, seler, cebula, natka, pory, sól. 2.Łopatka b/k, ziemniaki, bułka tarta, bułki pszenne, jajka, kapusta, koperek, śmietana, mąka, olej, masło, cebula, papryka, czosnek, pieprz, ocet. 3.Woda, pomarańcza, goździki, miód.	1.Koktajl bananowy. 2.Chrupki kukurydziane.	1.Jogurt naturalny, banany, cukier. 2.Chrupki kukurydziane.	laktoza gluten seler jajka	855,00 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**

