

Jadłospis od 28.04.2025 do 09.04.2025

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	
28.04 Pon .	<u>Kakao, bułka grahamka z masłem</u> <u>Twarożek ziarnisty szczypiorek</u> <u>Warzywa owoce</u>	<u>Zupa ogórkowa z ryżem</u> (kurczak ogórek kiszony marchew, pietruszka, cebula, natka, śmiet18%). <u>Naleśniki z serem białym i truskawkami .</u> <u>Kompot</u> (mieszanka owoców mrożonych).	<u>Mleko, bułka wieloziarnista</u> <u>masło ,dżem owocowy</u>	Ok Kcal872,94 Białko33,98g Tłuszcz22,66g Węglow127,55g
29.04 Wt.	<u>Płatki owsiane na mleku.</u> <u>Bułka pszenna z masłem powidło.</u> <u>Herbata</u> (napar z czarnej herbaty z cukrem i cytryną). <u>owoce i warzywa</u>	<u>Zupa kalafiorowa</u> (kurczak ,kalafior ,marchew , pietruszka ,cebula ,ryż,śmietana 18%). <u>Ziemniaki ,eskalopki drobiowe</u> (filet drobiowy ,mąka, jaja ,olej). <u>Buraczki z chrzanem.</u> <u>Kompot</u> (mieszanka owoców mrożonych).	<u>Budyń owocowy</u> (budyń w proszku,mleko).	Ok Kcal929,96 Białko32,20 Tłuszcz23g Węglow143,20g
30.04 Śr.	<u>Kawa zbożowa</u> (kawa zbożowa ,mleko, cukier). <u>Chleb żytni ,masło, wędlina.</u> <u>Warzywa i owoce</u>	<u>Zupa jarzynowa</u> (kurczak ,marchew,pietruszkamakaronebula,miesz.warzyw 8-skł ,natka,śmietana 18%). <u>Racuchy drożdżowe z jabłkiem</u> (mleko ,mąka, cukier ,drożdże ,jabłko ,jaja ,olej). <u>Kompot</u> (mieszanka owoców mrożonych).	<u>Chleb wieloziarnisty</u> <u>masło ,ser żółty,</u> <u>pomidor .,szczypiorek</u> <u>kawa z mlekiem.</u>	Ok Kcal 968,81 Białko32,98g Tłuszcz32,15g Węglow121,30g
01.05 czw.		ŚWIĘTO		
02.05 Pt.	<u>Kakao</u> (kakao naturalne ,mleko). <u>Chleb żytni ,masło ,filet z makreli w pomidorach .warzywa i owoce.</u>	<u>Zupa grysikowa</u> (kurczak ,marchew,por,seler, pietruszka ,cebula ,kasza manna,kap.włoska). <u>Ziemniaki ,kotlecki jajeczne(jaja,bułka czerstwa,bułka tarta,cebula,olej) ,surówka z kapusty pekińskiej z marchewką,cebulką i majonezem.Kompot.</u>	<u>Maślanka bananowa</u> (maślanka naturalna,banany cukier). <u>Wafle ryżowe</u>	Ok Kcal 996,72 Białko 30,94g Tłuszcz 38,26g Węglow 124,94g

05.05 05.05 Pon	<u>Płatki kukurydziane na mleku.</u> <u>Chleb żytni ,pasta jajeczna ze szczypiorkiem.</u> <u>Herbata</u> (napar z czarnej herbaty z cukrem i cytryną). <u>warzywa i owoce.</u>	<u>Żurek z ziemniakami i kielbaską</u> <u>Ryż z truskawkami i bitą śmietaną truskawkową</u> (mleko ,jaja ,mąka,cukier,truskawki mrożone,olej,). <u>Kompot</u> (mieszananka owoców mrożonych).	<u>Kakao,</u> <u>chleb z masłem wędliną</u> <u>ogórek kiszony szczypiorek</u>	Ok Kcal 904,46 Białko 26,02 Tłuszcz 28,94 Węglow 129,97
06.05 Wt.	<u>Kakao</u> (mleko ,kakao naturalne). <u>Weka pszenna ,masło ,serek homogenizowany .</u> <u>warzywa i owoce.</u>	<u>Zupa pomidorowa z pęczakiem</u> (kurczak pęczak marchew,pietruszka ,cebula ,natka,przec pomid.śmietana) <u>Ziemniaki,kotlet mielony,surówka z czerwonej kapusty.</u> <u>Kompot</u> (mieszananka owoców mrożonych).	<u>Kisiel owocowy</u> <u>Chrupki kukurydziane.</u>	Ok Kcal 985,34 Białko 47,40 Tłuszcz 26,34 Węglow 102,71
07.05 Śr.	<u>Płatki owsiane na mleku.</u> <u>Bułka wieloziarnista ,masło ,dżem</u> <u>Herbata.</u> <u>Warzywa i owoce.</u>	<u>Zupa grochowa</u> (kielbasa ,groch ,marchew , cebula ,pietruszka ,natka ,makaron zacierka). <u>Makaron z jabłkami</u> (ryż ,jabłko ,cynamon ,masło cukier). <u>Kompot</u> (mieszananka owoców mrożonych).	<u>Chleb żytni z masłem ,wędliną</u> <u>papryka</u> <u>Kawa zbożowa z mlekiem.</u>	Ok Kcal 990,84 Białko 39,61 Tłuszcz 30,29 Węglow 133,42
08.05 Czw	<u>Kasza jaglana na mleku.</u> <u>Chleb pszenny ,masło ,ser żółty , pomidor,szczypiorek sałata</u> <u>Herbata</u> (napar z czarnej herbaty z cukrem i cytryną). <u>warzywa i owoce</u>	<u>Zupa ziemniaczana</u> (kurczak ,marchew ,cebula , pietruszka,natka,ziemniaki,żółtko jaja,) <u>Spagetti z mięsem drobiowym w sosie szpinakowym.</u> <u>Kompot z owoców mieszanych.</u>	<u>Kawa zbożowa z mlekiem</u> <u>Chleb pszenny z masłem</u> <u>Konserwa rybna.</u>	Ok Kcal 899,23 Białko33,20 Tłuszcz29,23 Węglow100,25
09.05 Pt.	<u>Płatki ryżowe z mlekiem.</u> <u>Bułka pszenna z masłem ,serek śmietankowy miód.</u> <u>Warzywa i owoce.</u>	<u>Zupa koperkowa</u> (kurczak ,marchew ,pietruszka cebula ,koperek ,makaron zacierka śmietana18%) <u>Ziemniaki ,ryba smażona panierowana w jajku i bułce tartej .Surówka z kapusty kiszonej.</u> <u>Kompot</u> (mieszananka owoców mrożonych).	<u>Kakao</u> <u>Chałka pszenna z masłem.</u>	Ok Kcal912,52 Białko30,14 Tłuszcz33,14 Węglow115,65

Pogrubioną czcionką zaznaczono posiłki w których znajdują się alergeny .W naszej kuchni używane są produkty zawierające następujące alergeny pokarmowe :zboża zawierające gluten :pszenica ,żyto ,owies ,orkisz produkty pochodne. Jaja i produkty pochodne(np. panierka). Ryby i produkty pochodne(np. pasty rybne).Składniki zup :seler i produkty pochodne (składniki przypraw).Świeże warzywa i owoce .Produkty mleczne :nietolerancja cukru mlekowego-laktozy ,alergia na białka mleka krowiego.

INTENDENT

KUCHARZ

DYREKTOR

