



Jadłospis 28 - 31 października 2024

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Śniadanie	Kakao (200ml), pieczywo mieszane (35g), masło (5g), pasta z makreli wędzonej (40g), ogórek kiszony (40g), herbata czarna (180ml). (1,4,7) <u>Wartość kaloryczna: 321kcal</u>	Płatki miodowe na mleku (180ml), pieczywo mieszane (35g), masło (5g), szynka wiejska (20g), papryka (40g), herbata rumiankowa (180ml). (1,7) <u>Wartość kaloryczna: 317kcal</u>	Zupa mleczna z zacierką (200ml), pieczywo mieszane (35g), masło (5g), kiełbasa krakowska (25g), pomidor (50g), herbata z cytryną (180ml). (1,7) <u>Wartość kaloryczna: 383kcal</u>	Płatki jęczmienne na mleku (200g), pieczywo mieszane (35g), masło (5g), pasta jajeczna ze szczypiorkiem (40g), ogórek zielony (50g), herbata z lipy (180ml). (1,7) <u>Wartość kaloryczna: 384kcal</u>	<u>WSZYSTKICH</u> <u>ŚWIĘTYCH</u>
Obiad	Zupa cebulowa z grzankami (250g), ziemniaki z gzikiem i szczypiorkiem (205g), kompot owocowy (180ml). (1,3,7,9) <u>Wartość kaloryczna: 415kcal</u>	Zupa ogórkowa (250g), spaghetti bolognese z warzywami (170g), sok jabłkowy (180ml). (1,3,7,9) <u>Wartość kaloryczna: 519kcal</u>	Zupa pieczarkowa z lanymi kluskami (250g), kotlet schabowy (80g), duszone ziemniaki (100g), mizeria (65g), sok jabłkowy (180ml). (1,3,7,9) <u>Wartość kaloryczna: 475kcal</u>	Zupa fasolowa (250g), Kluski szare z kapustą kiszoną i kiełbaską (160g), Kompot owocowy (180ml). (1,3,7,9) <u>Wartość kaloryczna: 404kcal</u>	
Podwieczorek	Parówka z kurczaka w cieście francuskim (90g), banan (50g), woda (180ml). (1,3,6,7) <u>Wartość kaloryczna: 268kcal</u>	Pieczywo lekkie żytnie (12g), jogurt owocowy (140g), gruszka (50g). (1,7) <u>Wartość kaloryczna: 192kcal</u>	Twarożek straciatella z malinami (130g). (1,7) <u>Wartość kaloryczna: 161kcal</u>	Bułka maślana (30g), masło (5g), serek śmietankowy (20g), chipsy jabłkowe (10g), herbata czarna (180ml). (1,3,7) <u>Wartość kaloryczna: 216kcal</u>	
Alergeny	1,3,4,6,7,9	1,3,7,9	1,3,7,9	1,3,7,9	

Lista alergenów: 1- zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, orkisz), 2- skorupiaki i produkty pochodne, 3- jaja i produkty pochodne, 4- ryby i produkty pochodne, 5- orzeszki ziemne, orzechy arachidowe i produkty pochodne, 6- soja i produkty pochodne, 7- mleko i produkty pochodne, 8- orzechy tj. migdały, orzechy włoskie, laskowe, nerkowca, i produkty pochodne, 9- seler i produkty pochodne, 10- nasiona sezamu i produkty pochodne, 11- łubin i produkty pochodne, 12- mięczaki i produkty pochodne.