



Jadłospis 02 – 06 grudnia 2024

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Śniadanie	Kakao (180ml), pieczywo mieszane (35g), masło (5g), kiełbasa żywiecka (20g), ogórek zielony (40g), herbata owocowa (180ml). (1,7)	Płatki orkiszowe na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g), masło (5g), pasta z awokado i jajka (40g), papryka (40g), herbata z lipy (180ml). (1,3,7)	Pieczywo mieszane (35g), masło (5g), pasta z gotowanego kurczaka (40g), pomidor (40g), kawa zbożowa z mlekiem (180ml). (1,7,9)	Zupa mleczna z ryżem (200ml), pieczywo mieszane (35g), masło (5g), szynka konserwowa (25g), marchew (40g), herbata rumiankowa (180ml). (1,7)	Kakao (180ml), pieczywo mieszane (35g), masło (5g), ser żółty (20g), rzodkiewka (20g), herbata z cytryną (180ml). (1,7)
	<u>Wartość kaloryczna: 313kcal</u>	<u>Wartość kaloryczna: 310kcal</u>	<u>Wartość kaloryczna: 225kcal</u>	<u>Wartość kaloryczna: 315kcal</u>	<u>Wartość kaloryczna: 316kcal</u>
Obiad	Krem z kukurydzy z pestkami dyni (250g), potrawka z indyka z ryżem (150g), groszek z marchewką (70g), sok jabłkowy (180ml). (1,3,7,9)	Rosół drobiowy z makaronem (250g), pieczeń z karkówki (70g), ziemniaki pieczone (100g), surówka żydowska (80g), kompot owocowy (180ml). (1,3,7,9)	Żurek z ziemniakami na białej kiełbasie (250g), pierogi z serem (150g), sałatka owocowa (kiwi, kaki, jabłko, borówki) (70g), woda (180ml). (1,3,7,9)	Krem z białych warzyw z grzankami (150g), udko z kurczaka pieczone w sosie własnym z kopytkami (130g), kolorowa papryka (80g), sok jabłkowy (180ml). (1,3,7,9)	Krem ze szparagów z grzankami (250g), paluszki rybne (70g), duszone ziemniaki (100g), surówka z kukurydzą (80g), kompot owocowy (180ml). (1,3,4,7,9)
	<u>Wartość kaloryczna: 533kcal</u>	<u>Wartość kaloryczna: 411kcal</u>	<u>Wartość kaloryczna: 582kcal</u>	<u>Wartość kaloryczna: 424kcal</u>	<u>Wartość kaloryczna: 413kcal</u>
Podwieczorek	Bułka mleczna (30g), masło (5g), powidła (10g), banan (50g), woda (180ml). (1,7)	Jogurt owocowy (140g), ciasteczka owsiane (20g), gruszka (50g). (1,5,7,8)	Bułka liliputka (35g), masło (5g), połudwica sopocka (20g), sałata (10g), herbata czarna (180ml). (1,7)	Budyń waniliowy (200g), maliny (30g). (1,7)	Deser malinowy z siemieniem Inianym (200g), herbatniki (10g). (1,7)
	<u>Wartość kaloryczna: 192kcal</u>	<u>Wartość kaloryczna: 242kcal</u>	<u>Wartość kaloryczna: 179kcal</u>	<u>Wartość kaloryczna: 208kcal</u>	<u>Wartość kaloryczna: 206kcal</u>
Alergeny	1,3,7,9	1,3,5,7,8,9	1,3,7,9	1,3,7,9	1,3,4,7,9

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.