



09.12.2024 - 20.12.2024

PONIEDZIAŁEK 09.12.2024	JADŁOSPIS	SKŁADNIKI	ALERGENY
ŚNIADANIE	Owsianka Kanapki z masłem, szynką i ogórkiem	Mleko, Płatki owsiane, Pieczywo mieszane, Masło, Szynka, Ogórek kiszony	Gluten(pszenica, żyto), Mleko
II ŚNIADANIE	Jabłko	Jabłko	
OBIAD	Zupa grochowa	Groch łuskany, Ziemniaki, Majeranek, Ziele angielskie, Liść laurowy, Czosnek	
	Pampuchy na parze z sosem truskawkowym	Mąka pszenna, Jajka, Mleko, Drożdże, Cukier, Truskawki, Jogurt naturalny	Gluten(pszenica), Jajka, Mleko
	Kompot owocowy		
PODWIECZOREK	Kanapki z masłem i powidłem śliwkowym Herbata	Pieczywo mieszane, Masło, Powidło śliwkowe	Mleko, Gluten(pszenica, żyto)
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Kalorie 774 Kcal Węglowodany 126,01 g Białko ogółem 27,75 g Tłuszcz ogółem 20,34 g		
WTOREK 10.12.2024	JADŁOSPIS	SKŁADNIKI	ALERGENY
ŚNIADANIE	Kanapki z masłem i twarogiem ze szczypiorkiem Kawa Inka	Mleko, Pieczywo mieszane, Masło, Twaróg półtłusty, Jogurt naturalny, Szczypiorek, Inka	Gluten(pszenica, żyto), Mleko
II ŚNIADANIE	Gruszka	Gruszka	
OBIAD	Krupnik	Kasza jęczmienna, Ziemniaki, Marchewka, Pietruszka, Seler, Oliwa	Gluten(jęczmień), Seler
	Makaron z kurczakiem w sosie jogurtowym	Makaron, Kurczak, Marchewka, Groszek, Jogurt naturalny, Mleko, Oliwa, Cebula, Mąka żytnia	Mleko, Gluten(pszenica, żyto), Jajka
	Kompot owocowy	Mieszanka owocowa	
PODWIECZOREK	Ciasto ucierane z owocami Herbata	Mąka pszenna, Jajka, Cukier, Mleko, Olej, Jabłka, Cynamon, Proszek do pieczenia	Gluten(pszenica), Mleko, Jajka

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Kalorie 788 Kcal Węglowodany 128,25 g Białko ogółem 32,46 g Tłuszcz ogółem 17,00 g		
ŚRODA 11.12.2024	JADŁOSPIS	SKŁADNIKI	ALERGENY
ŚNIADANIE	Kanapki z masłem, żółtym serem i pomidorem, Kakao	Pieczycwo mieszane, Masło, Ser Gouda, Pomidor, Mleko, Kakao	Gluten(pszenica, żyto), Mleko
II ŚNIADANIE	Jabłko	Jabłko	
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem	Ryż, Marchew, Pietruszka, Seler, Por, Przecier pomidorowy, Jogurt naturalny	Seler, Mleko
	Gulasz wieprzowy z warzywami, Kasza Jęczmienna Ćwikła	Kasza Jęczmienna, Mięso wieprzowe, Cebula, Fasolka szparagowa, Papryka, Liście laurowe, Ziele angielskie, Papryka w proszku, Oliwa, Buraki ćwikłowe	Gluten(jęczmień)
	Kompot owocowy	Mieszanka owocowa	
PODWIECZOREK	Biszkopty Mus jabłkowy	Jabłka, Biszkopty	Gluten(pszenica), Jajka
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Kalorie 770 Kcal Węglowodany 125,68 g Białko ogółem 29,08 g Tłuszcz ogółem 17,23 g		
CZWARTEK 12.12.2024	JADŁOSPIS	SKŁADNIKI	ALERGENY
ŚNIADANIE	Kanapki z masłem, szynką i ogórkiem Kawa Inka	Mleko, Pieczywo mieszane, Masło, Szynka drobiowa, Ogórek , Inka	Gluten(pszenica, żyto), Mleko
II ŚNIADANIE	Banan	Banan	
OBIAD	Zupa grysikowa	Kasza manna, Marchewka, Pietruszka, Por, Seler, Oliwa, Ziemniaki	Gluten(pszenica)
	Risotto z mięsem i warzywami	Ryż, Chude mięso wieprzowe, Cebula, Czosnek, Pomidory, Kukurydza, Fasola czerwona, Cukinia	
	Kompot owocowy	Mieszanka owocowa	
PODWIECZOREK	Budyń waniliowy z sokiem malinowym	Mąka ziemniaczana, Wanilia, Mleko, Cukier, Sok malinowy	Mleko
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Kalorie 824 Kcal Węglowodany 133,58 g Białko ogółem 32,14 g Tłuszcz ogółem 19,53 g		
PIĄTEK 13.12.2024	JADŁOSPIS	SKŁADNIKI	ALERGENY

ŚNIADANIE	Kanapki z masłem, pastą rybną i ogórkiem Płatki ryżowe na mleku	Pieczywo mieszane, Masło, Twaróg półtłusty, Tuńczyk w sosie własnym, Szczypiorek, Ogórek kiszony, Mleko, Płatki ryżowe	Gluten(pszenica, żyto), Mleko, Ryba
II ŚNIADANIE	Jabłko	Jabłko	
OBIAD	Zupa fasolowa	Fasola biała, Ziemniaki, Marchewka, Cebula, Cukinia, Pietruszka, Oliwa	
	Pierogi z jabłkami	Mąka pszenna, Jajka, Jabłka, Cynamon, Masło	Jajka, Gluten(pszenica), Mleko
	Kompot owocowy	Mieszanka owocowa	
PODWIECZOREK	Galaretka owocowa	Truskawki, Cukier, Żelatyna, Woda	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Kalorie 744 Kcal Węglowodany 123,71 g Białko ogółem 24,23 g Tłuszcz ogółem 20,03 g		

PNIEDZIAŁEK 16.12.2024	JADŁOSPIS	SKŁADNIKI	ALERGENY
ŚNIADANIE	Kanapki z masłem, twarogiem ze szczypiorkiem i rzodkiewką Kakao	Mleko, Pieczywo mieszane, Masło, Twaróg półtłusty, Jogurt naturalny, Szczypiorek, Rzodkiewka, Kakao	Gluten(pszenica, żyto) Mleko
II ŚNIADANIE	Jabłko	Jabłko	
OBIAD	Rosół z makaronem	Makaron, Kurczak, Marchew, Pietruszka, Por, Seler,	Gluten(pszenica), Jaja, Seler
	Pyzy z mięsem Surówka z marchewki	Ziemniaki, Mąka ziemniaczana, Jajka, Mąka pszenna, Pietruszka, Mięso gotowane, Marchewka, Jabłko, Sok z cytryny	Gluten(pszenica), Jaja
	Kompot owocowy	Mieszanka owocowa	
PODWIECZOREK	Koktajl truskawkowo bananowy	Jogurt naturalny, Truskawki, Banan	Mleko
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Kalorie 876 Kcal Węglowodany 127,37 g Białko ogółem 47,25 g Tłuszcz ogółem 20,13 g		

WTOREK 17.12.2024	JADŁOSPIS	SKŁADNIKI	ALERGENY
ŚNIADANIE	Kanapki z masłem, pastą z kurczaka i ogórkiem Kawa Inka	Mleko, Inka, Pieczywo mieszane, Masło, Kurczak, Jogurt naturalny, Czosnek, Ogórek kiszony	Gluten(pszenica, żyto), Mleko
II ŚNIADANIE	Mandarynka	Mandarynka	

OBIAD	Barszcz ukraiński	Buraki ćwikłowe, Ziemniaki, Marchewka, Pietruszka, Seler, Kapusta, Pomidory, Fasola, Czosnek, Ziele angielskie, Liść laurowy, Śmietana	Seler, Mleko
	Ryż zapiekany z jabłkami	Ryż, Mleko, Jabłka, Cynamon	Mleko
	Kompot owocowy	Mieszanka owocowa	
PODWIECZOREK	Kisiel truskawkowy	Truskawki, Mąka ziemniaczana, Cukier	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Kalorie 757 Kcal Węglowodany 133,33 g Białko ogółem 22,85 g Tłuszcz ogółem 16,80 g		

ŚRODA 18.12.2024	JADŁOSPIS	SKŁADNIKI	ALERGENY
ŚNIADANIE	Kanapki z masłem, żółtym serem i pomidorem Płatki jaglane na mleku	Pieczywo mieszane, Masło, Ser Gouda, Pomidor, Mleko, Płatki jaglane	Gluten(pszenica, żyto), Mleko
II ŚNIADANIE	Jabłko	Jabłko	
OBIAD	Zupa koperkowa z ryżem	Ryż, Koperek, Marchewka, Pietruszka, Seler, Por, Jogurt naturalny	Seler, Mleko
	Spaghetti z sosem mięsno warzywnym	Makaron, Mięso wieprzowe, Przecier pomidorowy, Marchew, Groszek zielony, Olej, Ser Gouda	Gluten (pszenica) Jajka, Mleko
	Kompot owocowy	Mieszanka owocowa	
PODWIECZOREK	Jogurtowiec z kolorowymi galaretkami i mandarynką	Jogurt naturalny, Żelatyna, Mandarynka, Galaretka truskawkowa, Galaretka pomarańczowa, Galaretka cytrynowa	Mleko
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Kalorie 768 Kcal Węglowodany 111,56 g Białko ogółem 31,17 g Tłuszcz ogółem 23,47 g		

CZWARTEK 19.12.2024	JADŁOSPIS	SKŁADNIKI	ALERGENY
ŚNIADANIE	Kanapki z masłem, wędliną i pomidorem Kawa Inka	Mleko, Pieczywo mieszane, Masło, Wędlina drobiowa, Pomidor, Inka	Gluten(pszenica, żyto), Mleko
II ŚNIADANIE	Gruszka	Gruszka	
OBIAD	Zupa z czerwonej soczewicy	Soczewica czerwona, Cebula, Czosnek, Przecier pomidorowy, Oliwa, Kurkuma, Marchew, Pietruszka, Por, Seler, Ziemniaki	Seler
	Pierogi polskie	Mąka pszenna, Jajka, Ziemniaki, Twaróg półtłusty, Cebula, Olej	Mleko, Gluten(pszenica), Jajka
	Kompot owocowy	Mieszanka owocowa	

PODWIECZOREK	Serek homogenizowany truskawkowy	Serek truskawkowy	Mleko
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Kalorie 864 Kcal Węglowodany 136,47 g Białko ogółem 46,18 g Tłuszcz ogółem 17,13 g		
PIĄTEK 20.12.2024	JADŁOSPIS	SKŁADNIKI	ALERGENY
ŚNIADANIE	Kanapki z masłem i pastą z białej fasoli Płatki kukurydziane na mleku	Pieczyno mieszana, Masło, Fasola biała, Majeranek, Cebula, Pietruszka, Mleko, Płatki kukurydziane	Gluten(pszenica, żyto), Mleko
II ŚNIADANIE	Jabłko	Jabłko	
OBIAD	Żurek	Zakwas, Jogurt naturalny, Czosnek, Majeranek, Ziemniaki, Ziele angielskie	Gluten(żyto), Mleko
	Kotlety rybne z ziemniakami Surówka z białej kapusty	Limanda, Bułka tarta, Jajka, Oliwa, Pietruszka natka, Cebula, Koperek, Kapusta biała, Marchewka, Jabłko, Cebula, Oliwa, Jogurt naturalny	Gluten(pszenica), Jaja, Ryba, Mleko
	Kompot owocowy	Mieszanka owocowa	
PODWIECZOREK	Pierniczki Herbata owocowa	Mąka pszenna, Jajka, Miód, Kakao, Masło, Soda oczyszczona	Gluten(pszenica), Jajka, Mleko
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Kalorie 868 Kcal Węglowodany 148,73 g Białko ogółem 30,94 g Tłuszcz ogółem 19,04 g		
JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE Z PRZYCZYN OD NAS NIEZALEŻNYCH			