



Jadłospis

WAŻNY OD 20.04.26 DO 24.04.26

	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 20.04.26 ŚNIADANIE -515KCAL OBIAD -710 KACAL PODWIECZOREK-135KCAL RAZEM-1360KCAL	CHLEB PSZENNY,(GLUTEN) MASŁO, SZYNKA WIEPRZOWA, SALATA, POMIDOR DRUGIE ŚNIADANIE KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU , GRUSZKA	KREM POROWO- ZIEMNIACZANY Z GRZANKAMI (ŻEBERKA,MARCHEW, PIETRUSZKA,CEBULA,POR,SELER, PIETRUSZKA ZIELONA,BROKULA) ZABIELANA ŚMIETANĄ NALEŚNIKI (GLUTEN, JAJKA) Z SEREM I MUSEM OWOCOWYM KOMPOT	BUDYŃ
WTOREK 21.04.26 ŚNIADANIE -545KCAL OBIAD -705 KACAL PODWIECZOREK-115KCAL RAZEM-1365KCAL	BULKA PSZENNA,(GLUTEN) MASŁO, SER MOZZARELLA POMIDOR, OGÓREK, MLEKO DRUGIE ŚNIADANIE BANAN,JABŁKO	ROSÓL Z MAKARONEM (GLUTEN) (WOŁOW,DRÓB, ,MARCHEW,PIETR USZKA,CEBULA,POR,SELER,PIERT USZKA ZIELONA,) FILET Z KURCZAKA PANIEROWANY (GLUTEN, JAJKA) ZIEMNIAKI,MIZERIA (ŚMIETANA) KOMPOT	SOK WARZYWNO- OWOCOWY
ŚRODA 22.04.26 ŚNIADANIE -495KCAL OBIAD -765KCAL PODWIECZOREK-102KCAL RAZEM-1362KCAL	CHLEB PSZENNY,(GLUTEN) MASŁO, PASTA RYBNA, OGÓREK, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU HERBATA Z CYTRYNĄ DRUGIE ŚNIADANIE MARCHEW,, SOK JABŁKOWY	ZUPA ZIEMNIACZANA, ZABIELANA ŚMIETANĄ (ŻEBERKA,PIETRUSZKA, MARCHEWKA,POR,SELER, PIETRUSZKA ZIELONA,CEBULA, BRUKSELKA,) GULASZ WIEPRZOWY Z KASZĄ SAŁATKA Z ZIELONYCH POMIDORÓW KOMPOT	JOGURT NATURALNY Z OWOCAMI
CZWARTEK 23.04.26 ŚNIADANIE -545KCAL OBIAD -725KCAL PODWIECZOREK-90KCAL RAZEM-1360KCAL	WEKA PSZENNA,(GLUTEN) MASŁO,RZODKIEWKA, ZUPA MLECZNA , DRUGIE ŚNIADANIE JABŁKO,MARCHEW	ZUPA POMIDOROWA (DRÓB,MARCHEW,BROKULA, PIETRUSZKA,CEBULA,POR,SELER, BRUKSELKAPIETRUSZKA ZIELONA,,) ZABIELANA ŚMIETANĄ KARCZEK DUSZONY, ZIEMNIAKI,SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY KOMPOT	CIASTKO ZBOŻOWE MOŻE ZAWIERAĆ ORZECHY,GLUTEN,JAJKA
PIĄTEK 24.04.26 ŚNIADANIE -527KCAL OBIAD -735KCAL PODWIECZOREK-98KCAL RAZEM-1360 KCAL	CHLEB PSZENNY,(GLUTEN) MASŁO, PASZTET DROBIOWY, OGÓREK HERBATA Z CYTRYNĄ DRUGIE ŚNIADANIE MUS OWOCOWY,PAPRYKA	ZUPAGROCHOWA (ŻEBERKA,PIETRUSZKA, MARCHEWKA,POR,SELER,PIETRUSZKA ZIELONA,CEBULA, BRUKSELKA,ZIEMNIAKI,GROCH LUSKANY,KIELBASA,BOCZEK) MAKARON Z TRUSKAWKAMI (GLUTEN,JAJKA) KOMPOT	GRUSZKA

W jadłospisie uwzględniono produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji ujęte w załączniku Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) Nr 1169/2011 z dnia 25.X.2011.

SMACZNEGO !!!!

Zastrzega się, że jadłospis może ulec zmianie.



Jadłospis

WAŻNY OD 20.04.26 DO 24.04.26

PONIEDZIAŁEK 20.04.26	680 kcal węglowodany – 48g tłuszcze – 40g białko - 39g	ZKREM POROWO-ZIEMNIACZANY Z GRZANKAMI (ZEBERKA, MARCHEW, PIETRUSZKA, CEBULA, POR, SELER , PIETRUSZKA ZIELONA, BROKUŁA) ZABIELANA ŚMIETANĄ NALEŚNIKI (GLUTEN, JAJKA) Z SEREM I MUSEM OWOCOWYM KOMPOT
WTOREK 21.04.26	680 kcal węglowodany – 45g tłuszcze – 43g białko - 35g	ROSÓŁ Z MAKARONEM (GLUTEN) (WOŁOW, DRÓB, , MARCHEW, PIETRUSZKA, CEBULA, POR, SELER , PIETRUSZKA ZIELONA,) FILET Z KURCZAKA PANIEROWANY (GLUTEN, JAJKA) ZIEMNIAKI, MIZERIA (ŚMIETANA) KOMPOT
ŚRODA 22.04.26	683 kcal węglowodany – 42g tłuszcze – 42g białko - 33g	ZUPA ZIEMNIACZANA, ZABIELANA ŚMIETANĄ (ZEBERKA, PIETRUSZKA, MARCHEWKA, POR, SELER , PIETRUSZKA ZIELONA, CEBULA, BROKUŁA,) GULASZ WIEPRZOWY Z KASZĄ SAŁATKA Z ZIELONYCH POMIDORÓW KOMPOT
CZWARTEK 23.04.26	685 kcal węglowodany – 42g tłuszcze – 32g białko - 45g	ZUPA POMIDOROWA (DRÓB, MARCHEW, BROKUŁA, PIETRUSZKA, CEBULA, POR, SELER , BROKUŁA, PIETRUSZKA ZIELONA, ,) ZABIELANA ŚMIETANĄ KARCZEK DUSZONY, ZIEMNIAKI, SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY KOMPOT
PIĄTEK 24.04.26	690 kcal węglowodany – 48g tłuszcze – 30g białko - 45g	ZUPA GROCHOWA (ZEBERKA, PIETRUSZKA, MARCHEWKA, POR, SELER , PIETRUSZKA ZIELONA, CEBULA, BROKUŁA, ZIEMNIAKI, GROCH ŁUSKANY, KIELBASA, BOCZEK) MAKARON Z TRUSKAWKAMI (GLUTEN, JAJKA) KOMPOT

W jadłospisie uwzględniono produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji ujęte w załączniku Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) Nr 1169/2011 z dnia 25.X.2011.
Średnia ważona :660 kcal

SMACZNEGO !!!!

Zastrzega się, że jadłospis może ulec zmianie.