



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 06.05.2024

ŚNIADANIE

321 KCAL

II ŚNIADANIE

60 KCAL

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

432 KCAL

- Pieczywo mieszane / bułka **pszenna** 50g z masłem 10g
Paprykarz szczeciński (**ryba**) 40 g, ogórek konserwowy

Składniki: ryba, ryż, koncentrat pomidorowy, przyprawy

- Herbata czarna, cytryna, cukier 150 ml

- Biskopki bezcukrowe 15g

- Herbata z owoców leśnych 150 ml

- Zupa pieczarkowa z ziemniakami 250ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włośzczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**) pieczarki, **śmietana** 12% (śmietanka pasteryzowana, kultury mlekowych), przyprawy

- Placki ziemniaczane 90g ze śmietaną 10g

Składniki: : ziemniaki, cebula, olej rzepakowy i słonecznikowy, skrobia ryżowa, sól, śmietana.

- Surówka porowa 100g

Składniki: kapusta biała, por, olej rzepakowy, woda musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, cukier, sól) żółtko jaja

- Kompot wieloowocowy 150 ml

WTOREK 07.05.2024

ŚNIADANIE

345 KCAL

II ŚNIADANIE

39 KCAL

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

509 KCAL

- Pieczywo mieszane (**gluten**) 50g z masłem 10g

Wędlina wieprzowa 20g

Serek kanapkowy z ogórkiem i koperkiem 10g

Sałata ogórek szczypior pomidor rzodkiewka kiełki

Składniki: : mięso wieprzowe, sól, **białka sojowe**, przyprawy (**gorczyca**), ser twarogowy, ogórki, białka **mleka**, sól, koperki suszone, przyprawy

- Herbata owocowa 150ml

- Owoc Gruszka 70g

- Zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem 250ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włośzczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**) szczaw konserwowy jajko, **śmietana** 12% (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych), przyprawy

- Udko pieczone 120g, ziemniaki 100g

Składniki: udko z kurczaka olej rzepakowy, przyprawy, ziemniaki, koper

- Surówka szwedzka 100g

Składniki: ogórek konserwowy, przyprawy

- Lemoniada 150 ml

ŚRODA 08.05.2024

ŚNIADANIE

295 KCAL

II ŚNIADANIE

325 KCAL

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

509 KCAL

- Pieczywo mieszane 50g (**gluten**) z masłem 10g
Twaróg ze śmietaną 50g
Składniki: twaróg półtłusty, **mleko**, szczypior
- Szczypior, papryka czerwona
- Herbata lipowa 150 ml

- Drożdżówka z jabłkiem 40g
- Mleko 100ml (**mleko**).
Składniki: mąka **pszenna**, jabłko, woda, cukier, drożdże, **jaja**, **mleko**

- Zupa barszcz biały 250 ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoścyszyna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**) mąka **pszenna**, kiełbasa śląska (mięso wieprzowe (90%), woda, sól, białko wieprzowe kolagenowe, skrobia ziemniaczana, stabilizator), olej rzepakowy, **śmietana** 12% (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych), przyprawy
- Mielony wieprzowy 80g, ziemniaki 100g,
Składniki: łopatka wp., cebula, **jajka**, bułka **pszenna**, przyprawy, olej rzepakowy, ziemniaki, koper
- Surówka z buraczków i cebuli 100g
Składniki: buraki, cebula, olej rzepakowy, sok cytrynowy, przyprawy
- Kompot wieloowocowy 150 ml

CZWARTEK 09.05.2024

ŚNIADANIE

315 KCAL

II ŚNIADANIE

125 KCAL

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

501 KCAL

- Pieczywo mieszane (**gluten**) 50g z masłem 10g
Wędlina drobiowa 40g
Sałata, ogórek, szczypior, pomidor, rzodkiewka, kietki
Składniki: mięso z kurcząt, mięso udowe z kurcząt, woda, **białko sojowe**, przyprawy, skrobia ziemniaczana, produkt może zawierać **gorczycę gluten oraz laktozę**, **mleko**, **śmietanka**, **mleko** w proszku
- Herbata wiśniowa 150ml
- Serek homogenizowany 120 g
Składniki: **mleko**, cukier, mleko zagęszczone odtłuszczone, owoce, żywe kultury bakterii
- Zupa pomidorowa z ryżem 250ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), włoścyszyna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), ryż, pomidory w puszcze, koncentrat pomidorowy, **śmietana** 12% (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych), przyprawy
- Paluszek rybny 80g, ziemniaki 100g
Składniki: miruna (**ryba**), bułka tarta, **pszenna**, **jaja**, przyprawy, olej rzepakowy, ziemniaki, koper
- Surówka meksykańska z kukurydzą 100g
Składniki: kapusta biała, marchew, kukurydza, majonez (olej rzepakowy, żółtka **jaja**, musztarda), **gorczyca**, przyprawy
- Woda niegazowana 150ml

PIĄTEK 10.05.2024

ŚNIADANIE

343 KCAL

II ŚNIADANIE

57 KCAL

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

512 KCAL

- Pieczywo mieszane / bułka **pszenna** 50g z masłem 10g
- Płatki śniadaniowe o smaku czekoladowym na mleku 150g (**mleko**)
- Dżem niskostodzony 10g
- Owoc Mandarynka 70g
- Zupa jarzynowa z ziemniakami 250 ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoścyszyna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**) kalafior, kapusta biała, fasolka szparagowa, groszek, brukselka, **śmietana** 12% (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych), przyprawy
- Naleśniki mix (z serem, dżemem truskawkowym) 120g z sosem śmietanowo - waniliowym
Składniki naleśnika: **mleko**, mąka **pszenna**, jajko, olej rzepakowy, truskawki.
- Kompot wieloowocowy 150 ml