18.09 – 22.09.2023

DATA	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE II	OBIAD	KOLACJA
PONIEDZIAŁEK 18.09.2023	Pyzdra wieprzowa- **błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza** Masło- **białko mleka** Chleb pszenno- żytni - **gluten pszenno-żytni,** Bułka kajzerka - **gluten pszenny,** Papryka czerwona, dżem Herbata z cytryną **633,10 kcal**	Paprykarz Szczeciński – **białko mleka, gluten pszenny, ryba** Chleb pszenno-żytni- **gluten pszenno-żytni** Masło- **białko mleka** Papryka czerwona **258,25 kcal**	Zupa z papryki czerwonej z warzywami i makaronem, zabielana - **seler, białko mleka, gluten pszenny** Ziemniaki z masłem i koperkiem zielonym- **białko mleka** Kotlet wieprzowy mielony – **jaja, gluten pszenny** Mizeria z ogórka zielonego ze śmietaną – **białko mleka** Woda z cytryną Jabłko **1068,44 kcal**	Pyzdra wieprzowa- **błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza,** Masło-**białko mleka** Chleb pszenno- żytni - **gluten pszenno-żytni** Pomidor, papryka zielona, Jogurt owocowy – **białko mleka** Miód Herbata z cytryną **652,70 kcal**
WTOREK 19.09.2023	Płatki owsiane na mleku 2% - **białko mleka, gluten pszenny** masło - **białko mleka** Chleb pszenno- żytni – **gluten pszenno-żytni,** Szynka drobiowa– **błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza**, Pomidor, miód Herbata z cytryną **677,70 kcal**	Szynka drobiowa– **błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza** masło- **białko mleko** Bułka wieloziarnista- **gluten pszenno-żytni** Ogórek zielony **280,20 kcal**	Zupa jarzynowa z ziemniakami, zabielana – **seler, białko mleka** Ryż biały paraboliczny Pieczeń z fileta z indyka w sosie własnym – **gluten pszenny** Surówka z kapusty czerwonej i jabłka z jogurtem – **białko mleka** Kompot wieloowocowy Banan **1079,51 kcal**	Pasta z sera białego i tuńczyka, ze szczypiorkiem - **białko mleka, ryba** Masło-**białko mleka** Chleb pszenno- żytni - **gluten pszenno-żytni** Ogórek kiszony, pomidor Herbata z cytryną **637,20 kcal**

ŚRODA 20.09.2023	Pyzdra wieprzowa- **błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza** Masło- **białko mleka** Chleb pszenno- żytni **- gluten pszenno-żytni,** Bułka oliwkowa **- gluten pszenny,** Kawa Inka z mlekiem 2 %- **białko mleka, gluten żytni** Papryka żółta **645,77 kcal**	Ser żółty Gouda– **białko mleka** Chleb pszenno-żytni- **gluten pszenno-żytni** Masło- **białko mleka** Pomidor **274,65 kcal**	Krem z soczewicy czerwonej z warzywami i grzankami pszennymi **– seler, gluten pszenny** Pierogi ruskie z cebulką **- białko mleka, gluten pszenny** Sok wieloowocowy 200 ml **1089,45 kcal**	Jajko na twardo w sosie śmietanowo - majonezowym – **białko mleka,** Masło-**białko mleka,** Szynka wieprzowa- **błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza,** Chleb pszenno- żytni **- gluten pszenno-żytni** Papryka zielona, pomidor Herbata z cytryną **620,24 kcal**
CZWARTEK 21.09.2023	Parówki drobiowe - **białko mleka, błonnik pszenny** Masło-**białko mleka** Bułka grahamka– **gluten pszenno-żytni ,** pomidor, ketchup, Herbata z cytryną **672,98 kcal**	Drożdżówka- **gluten pszenny, jaja, białko mleka** Jabłko **342,00 kcal**	Zupa ogórkowa z warzywami i ryżem, zabielana **– seler, białko mleka** Ziemniaki z masłem i koperkiem zielonym- **Białko mleka** Filet rybny panierowany, zapiekany z serem **– białko mleka, ryba, gluten pszenny** Buraki z chrzanem Woda z cytryną Gruszka **1077,04 kcal**	Pasztet pieczony drobiowy- **laktoza, białko sojowe, błonnik pszenny** Masło- **białko mleka** Ser żółty Gouda- **białko mleka** Chleb pszenno- żytni **- gluten pszenno-żytni**, Ogórek zielony, papryka czerwona, Herbata z cytryną **643,20 kcal**
PIĄTEK 22.09.2023	Ser biały – **białko mleka** Masło- **białko mleka** Chleb pszenno- żytni **- gluten pszenno-żytni,** Kakao z mlekiem 2% - **białko mleka,** pomidor dżem **642,56 kcal**	Szynka drobiowa– **błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza** masło- **białko mleko** Bułka tygrysia- **gluten pszenno-żytni** papryka żółta **295,60 kcal**	Krupnik z warzywami i kaszą pęczak – **seler, gluten jęczmienny** Ziemniaki z masłem i koperkiem zielonym – **białko mleka** Bigos z kapusty białej i kiszonej, z mięsem i kiełbasą - **białko sojowe, laktoza, błonnik pszenny** Kompot wieloowocowy Nektarynka **1066,83 kcal**	

Ziemniaki/pieczywo z mlekiem

1. Alergeny są oznaczone zgodnie z Rozp. Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25.10.2011r
2. Dokładny wykaz składników poszczególnych potraw znajduje się do wglądu w sekretariacie ośrodka. Lokalizacja ul. Spadochroniarzy 1 i ul Szopkarzy

UWAGI: DIETA BEZ LAKTOZY - ZUPA BEZ ŚMIETANY, SURÓWKA BEZ ŚMIETANY LUB JOGURTU

Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn od nas niezależnych !