04.03 – 08.03.2024

DATA	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE II	OBIAD	KOLACJA
PONIEDZIAŁEK 04.03.2024	Szynka drobiowa– **błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza** Masło-**białko mleka** Chleb pszenno- żytni - **gluten pszenno-żytni,** Bułka kajzerka – **gluten pszenny** papryka czerwona, dżem Herbata z cytryną **631,00 kcal**	Ser żółty Gouda– **białko mleka** Masło- **białko mleka** Chleb pszenno-żytni- **gluten pszenno-żytni** Papryka czerwona **273,05 kcal**	Zupa brokułowa z warzywami i ziemniakami, zabielana - **seler, białko mleka** Ryż biały Kurczak w sosie słodko – kwaśnym **– gluten pszenny** Surówka Colesław z kapusty białej i marchewki z majonezem i śmietaną **– białko mleka** Woda z cytryną Pomarańcza **1074,36 kcal**	Kiełbasa krakowska sucha- **błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza** Masło-**białko mleka** Chleb pszenno- żytni **-gluten pszenno-żytni,** papryka żółta, ogórek zielony, miód Herbata z cytryną **655,70 kcal**
WTOREK 05.03.2024	Pasta z białego sera i jajka, szczypiorek **– białko mleka, jaja,** Masło-**białko mleka** Bułka słonecznikowa - **gluten pszenno-żytni** Kakao z mlekiem 2% - **białko mleka,** dżem Papryka czerwona **662,66 kcal**	Kiełbasa krakowska sucha- **błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza** Masło-**białko mleka** Chleb pszenno-żytni – **gluten pszenno-żytni** Rzodkiewka **261,85 kcal**	Zupa pomidorowa z warzywami i makaronem, zabielana- **seler, białko mleka** Ziemniaki z masłem - **białko mleka** Kotlet wieprzowy mielony **– jaja, gluten pszenny** Gotowana marchewka z groszkiem **– gluten pszenny, białko mleka** Kompot wieloowocowy Jabłko **1087,40 kcal**	Pasztet pieczony drobiowy- **laktoza, białko sojowe, błonnik pszenny** Serek topiony **– białko mleka** Masło- **białko mleka** Chleb pszenno- żytni **- gluten pszenno-żytni**, Ogórek kiszony, pomidor, Herbata z cytryną **643,75 kcal**

ŚRODA 06.03.2024	Parówki drobiowe - **białko mleka, błonnik pszenny** Masło-**białko mleka,** Bułka tygrysia - **gluten pszenno-żytni,** pomidor, ketchup Herbata z cytryną **634,98 kcal**	Szynka wiejska - **laktoza, błonnik pszenny, białko sojowe** Masło- **białko mleka** Chleb pszenno- żytni - **gluten pszenno-żytni,** Ogórek zielony **244,25 kcal**	Kapuśniak z kapusty kiszonej, warzyw, mięsa i kiełbasy z ziemniakami - **seler, błonnik pszenny, laktoza, białko sojowe** Makaron zapiekany z jabłkiem z cynamonem, polany jogurtem z miodem – **gluten pszenny, białko mleka** Sok multiwitamina Tymbark 300 ml **1090,83 kcal**	Pasta z makreli i jajka, szczypiorek – **ryba, jajka** Chleb pszenno- żytni - **gluten pszenno-żytni** Masło-**białko mleka** Ogórek kiszony, pomidor Herbata z cytryną **625,00 kcal**
CZWARTEK 07.03.2024	Płatki kukurydziane bez glutenu Mleko 2% - **białko mleka** Masło**- białko mleka,** Chleb pszenno- żytni **- gluten pszenno-żytni**, Ser żółty Gouda**– białko mleka** Pomidor, Herbata z cytryną **671,05 kcal**	Drożdżówka- **gluten pszenny, jaja, białko mleka** Jabłko **342,00 kcal**	Krupnik z warzywami i kaszą pęczak – **seler, gluten pszenny** Ziemniaki z masłem – **białko mleka** Udko z kurczaka pieczone **- białko mleka** Sałata lodowa z rzodkiewką, ogórkiem zielonym i kukurydzą z jogurtem – **białko mleka** Woda z cytryną Mandarynka **1075,38 kcal**	Kiełbasa wiejska **- laktoza, błonnik pszenny, białko sojowe** Bułka grahamka **– gluten pszenno-żytni** Masło- **białko mleka** Pomidor, musztarda Herbata z cytryną **659,30 kcal**
PIĄTEK 08.03.2024	Jajecznica na maśle, ze szczypiorkiem - **jaja, białko mleka** Masło-**białko mleka** Chleb pszenno-żytni - **gluten pszenno-żytni** Kakao z mlekiem 2 % - **białko mleka,** Pomidor **657,81 kcal**	Szynka drobiowa**– błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza** masło**- białko mleko** Bułka oliwkowa - **gluten pszenno-żytni** Rzodkiewka **293,80 kcal**	Krem z selera z warzywami i grzankami, zabielany – **seler, gluten pszenny, białko mleka** Ziemniaki z masłem – **białko mleka** Filet rybny panierowany, zapiekany z serem **– białko mleka, ryba, gluten pszenny** Surówka z kapusty czerwonej i jabłka z jogurtem – **białko mleka** Kompot wieloowocowy Gruszka **1088,21 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 BEZGLUTENOWA/ MAKARON BEZGLUTENOWY, KASZA JAGLANA, /DIETA BEZ LAKTOZY/ ZUPA BEZ ŚMIETANY, SURÓWKA BEZ ŚMIETANY LUB JOGURTU

Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn od nas niezależnych !