18.03 – 22.03.2024

DATA	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE II	OBIAD	KOLACJA
PONIEDZIAŁEK 18.03.2024	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 pomidorowa z warzywami i lanym ciastem, zabielana - **seler, białko mleka, gluten pszenny** Ziemniaki z masłem - **białko mleka** Stek z mięsa wieprzowego z cebulką Fasolka szparagowa z masłem i bułką tartą – **gluten pszenny, białko mleka** Woda z cytryną Mandarynka **1073,88 kcal**	Sałatka jarzynowa – **seler, białko mleka** Masło-**białko mleka** Chleb pszenno- żytni - **gluten pszenno-żytni** Szynkowa wieprzowa - **błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza** Pomidor, ogórek kiszony Herbata z cytryną **671,17 kcal**
WTOREK 19.03.2024	Twarożek z rzodkiewką, ogórkiem zielonym i szczypiorkiem- **białko mleko** Masło-**białko mleka** Bułka grahamka -**gluten pszenno – żytni** Kakao z mlekiem 2 % - **białko mleka,** **650,41 kcal**	Szynkowa wieprzowa - **błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza** Chleb pszenno-żytni- **gluten pszenno-żytni**, Masło- **białko mleka** Papryka żółta **236,65 kcal**	Zupa jarzynowa z ziemniakami, zabielana – **seler, białko mleka,** Ryż paraboliczny Pieczeń z fileta z indyka w sosie własnym – **gluten pszenny** Marchewka z chrzanem i jogurtem – **białko mleka** Kompot wieloowocowy Banan **1066,57 kcal**	Szynkowa wieprzowa - **błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza** Masło-**białko mleka** Chleb pszenno-żytni – **gluten pszenno-żytni** Jogurt owocowy Jogobella – **białko mleka** Pomidor, dżem Herbata z cytryną **646,00 kcal**

ŚRODA 20.03.2024	Parówki drobiowe - **białko mleka, błonnik pszenny** Masło-**białko mleka** Bułka słonecznikowa - **gluten pszenno-żytni** pomidor, ketchup Herbata z cytryną **634,98 kcal**	Drożdżówka- **gluten pszenny, jaja, białko mleka** Mandarynka **338,00 kcal**	Barszcz czerwony z warzywami i ziemniakami, zabielany- **seler, białko mleka** Łazanki z białej kapusty z mięsem wieprzowym i boczkiem **- gluten pszenny** Herbata z cytryną Pomarańcza **1070,08 kcal**	Szynka ze spichrza Serek do chleba śmietankowy, ze szczypiorkiem **– białko mleka** Chleb pszenno- żytni - **gluten pszenno-żytni** Masło-**białko mleka** Pomidor, ogórek zielony, dżem Herbata z cytryną **652,55 kcal**
CZWARTEK 21.03.2024	Płatki owsiane na mleku 2% - **białko mleka, gluten pszenny** masło **- białko mleka** Bułka wieloziarnista - **gluten pszenno-żytni** Ser żółty **– białko mleka** Pomidor, Herbata z cytryną **662,80 kcal**	Szynka ze spichrza Masło-**białko mleka** Chleb pszenno-żytni **- gluten pszenny** Rzodkiewka **218,35 kcal**	Zupa ogórkowa z warzywami i ryżem, zabielana **– seler, białko mleka** Ziemniaki z masłem **– białko mleka** Ryba Dorsz panierowana **– ryba, gluten pszenny, jaja białko mleka** Surówka z kapusty czerwonej i jabłka z jogurtem **– białko mleka** Kompot wieloowocowy Jabłko **1068,18 kcal**	Jajko na twardo Szynka ze spichrza Chleb pszenno- żytni - **gluten pszenno-żytni** Masło-**białko mleka** Papryka czerwona, miód Herbata z cytryną **646,70 kcal**
PIĄTEK 22.03.2024	Szynka drobiowa - **błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza** Masło**- białko mleka** Chleb pszenno- żytni **- gluten pszenno-żytni,** Kawa Inka z mlekiem 2 %- **białko mleka, gluten żytni** , Bułka kajzerka - **gluten pszenny,** Pomidor **648,27 kcal**	Pasztet sojowy z pomidorami **- laktoza, białko sojowe,** Masło - **białko mleka** Chleb pszenno- żytni **- -** **gluten pszenno-żytni** Ogórek kiszony **246,85 kcal**	Zupa fasolowa z warzywami, makaronem i kiełbasą - **gluten pszenny, seler, białko sojowe, laktoza, błonnik pszenny** Kluski leniwe z ziemniakami i serem białym – polane masłem **– gluten pszenny, białko mleka** Kompot wieloowocowy Gruszka **1069,58 kcal**	

Ziemniaki/jajka/woda 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 !