

JADŁOSPIS 04.10.2021-08.10.2021



DATA	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE II	OBIAŁ	COLACJA
PONIEDZIAŁEK K 04.10.2021	Szynka Babuni - laktoza, białko sojowe, błonnik pszenny Masło- białko mleka Chleb pszenno-żytni - gluten pszenno-żytni Bułka kajzerka - gluten pszenny Ogórek zielony, pomidor 639,50 kcal	Ser Żółty Gouda – białko mleka Chleb pszenno-żytni- gluten pszenno-żytni Masło- białko mleka Pomidor Herbata z cytryną 274,65 kcal	Krupnik z warzywami i kaszą jęczmienną – seler, gluten jęczmienny Makaron pióra mieszany pszenno /pełnoziarnisty - gluten pszenny, żytni Gulasz wieprzowy – gluten pszenny Sałata zielona ze śmietaną – białko mleka Woda z cytryną Jabłko 1070,18 kcal	Indyk z pasieki - laktoza, białko sojowe, błonnik pszenny Ser Żółty Gouda– białko mleka Chleb pszenno-żytni- gluten pszenno-żytni Masło- białko mleka Pomidor, ogórek zielony Dżem Herbata z cytryną 645,70 kcal
WTOREK 05.10.2021	Ser biały – białko mleka Masło- białko mleka Chleb pszenno-żytni - gluten pszenno-żytni Bułka okrągła – gluten pszenny, miód Pomidor Kakao z mlekiem 2 % - białko mleka, 650,66 kcal	Indyk z pasieki– błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza Chleb pszenno-żytni- gluten pszenno-żytni masło- białko mleko ogórek zielony Herbata z cytryną 232,85 kcal	Zupa koperkowa z warzywami i ryżem, zabiłana – seler, białko mleka Ziemniaki z masłem i koperkiem zielonym- Białko mleka Kotlet pożarski z indyka – gluten pszenny, jaja, białko mleka Mizeria z ogórka zielonego ze śmietaną – białko mleka Kompot wieloowocowy Gruszka 1082,24 kcal	Szynka wiejska - błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza Masło- białko mleka Chleb pszenno- żytni - gluten pszenno-żytni Jogurt owocowy – białko mleka, papryka czerwona Herbata z cytryną 641,90 kcal

<p>ŚRODA 06.10.2021</p>	<p>Jajecznicza na maśle +szczypior- jaja, białko mleka Masło-białko mleka Bułka kajzerka - gluten pszenny Kakao z mlekiem 2 % - białko mleka Pomidor, dżem</p> <p>663,11 kcal</p>	<p>Drożdżówka- gluten pszenny, jaja, białko mleka Gruszka</p> <p>285,60 kcal</p>	<p>Krem z selera z warzywami i grzankami pszennymi, zabieleny - seler, białko mleka, gluten pszenny Ziemniaki z masłem i koperkiem zielonym- Białko mleka Filet z ryby Miruny panierowany- gluten pszenny, jaja, białko mleka Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką, jabłkiem i cebulką + olej Kompot wieloowocowy Arbuz</p> <p>1078,41 kcal</p>	<p>Pasztet pieczony drobiowy- laktoza, białko sojowe, błonnik pszenny Masło-białko mleka Chleb pszenno- żytni- gluten pszenno-żytni Ogórek kiszony, pomidor Miód Herbata z cytryną</p> <p>648,30 kcal</p>
<p>CZWARTEK 07.10.2021</p>	<p>Kiełbasa krakowska sucha- błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza Masło-białko mleka Bułka grahamka – gluten pszenno-żytni, Chleb pszenno-żytni- gluten pszenno-żytni Papryka czerwona Kakao z mlekiem 2 % - białko mleka,</p> <p>681,11 kcal</p>	<p>Serek do chleba Śmietankowy – białko mleka Chleb pszenno-żytni- gluten pszenno-żytni masło- białko mleko rzodkiewka Herbata z cytryną</p> <p>248,00 kcal</p>	<p>Zupa ziemniaczana z warzywami – seler Kasza jęczmienna - gluten jęczmienny Schab duszony w sosie własnym– gluten pszenny Marchewka z jabłkiem z jogurtem – białko mleka Sok wieloowocowy</p> <p>1083,68 kcal</p>	<p>Pasta z sera białego i tuńczyka- białko mleka, ryba Masło-białko mleka Chleb pszenno- żytni - gluten pszenno-żytni Ogórek kiszony, pomidor Herbata z cytryną</p> <p>637,20 kcal</p>
<p>PIĄTEK 08.10.2021</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 2% - białko mleka, gluten pszenny masło - białko mleka Bułka grahamka– gluten pszenno-żytni Chleb pszenno-żytni- gluten pszenno-żytni Serek topiony – białko mleka Pomidor Herbata z cytryną</p> <p>677,10 kcal</p>	<p>Kiełbasa krakowska sucha- błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza Masło-białko mleka Chleb pszenno-żytni – gluten pszenno-żytni Ogórek zielony Herbata z cytryną</p> <p>265,25 kcal</p>	<p>Zupa gulaszowa z warzywami, papryką czerwoną, ziemniakami, makaronem i mięsem wieprzowym – seler, gluten pszenny Kluski na parze z nadzieniem owocowym - gluten pszenny, jaja Jogurt naturalny z miodem- białko mleka Kompot wieloowocowy Banan</p> <p>1072,27 kcal</p>	

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/ ZAMIENNIK ZA MAKARON PSZENNY – MAKARON BEZGLUTENOWY, ZA MAŁKĘ PSZENNAJĄ – MAŁKA BEZGLUTENOWA ZA KASZĘ JĘCZMIENNAJĄ – KASZA JAGLANA /DIETA BEZMLECZNA/ - ZUPA BEZ ŚMIETANY, SURÓWKA BEZ JOGURTU LUB ŚMIETANY

Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn od nas niezależnych !