15.01 – 19.01.2024

DATA	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE II	OBIAD	KOLACJA
PONIEDZIAŁEK 15.01.2024	Ser żółty Gouda– **białko mleka** Masło-**białko mleka** Chleb pszenno- żytni - **gluten pszenno-żytni** Ogórek zielony dżem Herbata z cytryną **630,50 kcal**	Szynka drobiowa– **błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza** masło- **białko mleko** Bułka kajzerka **- gluten pszenny,** Papryka żółta **295,60 kcal**	Krem z groszku zielonego z warzywami i groszkiem ptysiowym **– seler, gluten pszenny** Makaron pszenny świderki - **gluten pszenny** Pieczeń wieprzowa w sosie własnym **– gluten pszenny** Sałata zielona ze śmietaną – **białko mleka** Woda z cytryną Jabłko **1070,53 kcal**	Pyzdra wieprzowa- **błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza,** Masło-**białko mleka** Chleb pszenno- żytni - **gluten pszenno-żytni,** Jajko na twardo, pomidor Miód Herbata z cytryną **640,80 kcal**
WTOREK 16.01.2024	Ser biały – **białko mleka** Masło- **białko mleka** Bułka oliwkowa - **gluten pszenny** Kakao z mlekiem 2% - **białko mleka,** pomidor dżem **644,86 kcal**	Szynka/pyzdra schabowa - **laktoza, błonnik pszenny, białko sojowe** Masło- **białko mleka** Chleb pszenno-żytni- **gluten pszenno-żytni,** Ogórek zielony **216,05 kcal**	Zupa grysikowa z warzywami na rosole z pietruszką zieloną **– seler, gluten pszenny** Ziemniaki z masłem – **białko mleka** Kotlet schabowy, panierowany **– gluten pszenny, jaja, białko mleka** Buraki na ciepło – **białko mleka** Kompot wieloowocowy Kiwi **1070,00 kcal**	Szynka/pyzdra schabowa - **laktoza, błonnik pszenny, białko sojowe** Masło-**białko mleka** Chleb pszenno- żytni - **gluten pszenno-żytni** Jogurt owocowy Jogobella 150g **– białko mleka** Papryka czerwona Herbata z cytryną **645,40 kcal**

ŚRODA 17.01.2024	Szynka drobiowa- **laktoza, błonnik pszenny, białko sojowe** Masło- **białko mleka** Chleb pszenno- żytni **- gluten pszenno-żytni** Kawa Inka z mlekiem 2% - **gluten żytni, białko mleka** Pomidor **652,42 kcal**	Drożdżówka- **gluten pszenny, jaja, białko mleka** Mandarynka **338,00 kcal**	Zupa ogórkowa z warzywami i ryżem, zabielana **– seler, białko mleka** Ziemniaki z masłem – **białko mleka** Udko z kurczaka pieczone **- białko mleka** Surówka z kapusty czerwonej i jabłka z jogurtem – **białko mleka** Sok wieloowocowy 200 ml **1088,81 kcal**	Pasta z sera żółtego z tuńczykiem, jajkiem, kukurydzą, cebulą i ogórkiem konserwowym **– ryba, białko mleka** Masło- **białko mleka** Bułka sztangielka wenecka **- gluten pszenno-żytni** Papryka czerwona , dżem Herbata z cytryną **633,10 kcal**
CZWARTEK 18.01.2024	Musli owocowe z mlekiem 2% -**białko mleka, gluten pszenny** masło **- białko mleka** Bułka kajzerka - **gluten pszenny** Ser żółty Gouda **– białko mleka**, Pomidor, Herbata z cytryną **684,80 kcal**	Pasztet sojowy z pieczarkami **- laktoza, białko sojowe,** Masło - **białko mleka** Chleb pszenno-żytni- **gluten pszenno-żytni** Ogórek kiszony **248,95 kcal**	Barszcz biały z warzywami, ziemniakami i kiełbasą, zabielany **– seler, gluten pszenno – żytni, białko mleka** Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem **– gluten pszenny, jaja, białko mleka** Kompot wieloowocowy Pomarańcz **1065,86 kcal**	Szynka drobiowa- **błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza,** Masło-**białko mleka** Chleb pszenno- żytni - **gluten pszenno-żytni**, serek topiony **– białko mleka** Papryka żółta, miód Herbata z cytryną **624,85 kcal**
PIĄTEK 19.01.2024	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 słonecznikowa - **gluten pszenno-żytni** Rzodkiewka **293,80 kcal**	Zupa cebulowa z warzywami i makaronem, zabielana - **seler, gluten pszenny, białko mleka** Ziemniaki z masłem – **białko mleka** Ryba Morszczuk w jarzynach **– ryba, seler, gluten pszenny** Kompot wieloowocowy Banan **1072,29 kcal**	

Ziemniaki pieczone 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 !