

# JADŁOSPIS 06.09.2021-10.09.2021



DATA	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE II	OBIAŁ	POŁACZA
<b>PONIEDZIAŁE</b> <b>K</b> <b>06.09.2021</b>	Szynka Tyrolska - <b>laktoza, białko pszenne, białko sojowe</b> Masło- <b>białko mleka</b> Chleb pszenno-żytni - <b>gluten pszenno-żytni</b> Bułka kajzerka – <b>gluten pszenne</b> , pomidor, ogórek zielony Herbata z cytryną  <b>625,70 kcal</b>	Ser Żółty – <b>białko mleka</b> Chleb pszenno-żytni- <b>gluten pszenno-żytni</b> Masło- <b>białko mleka</b> Pomidor Herbata z cytryną  <b>274,65 kcal</b>	Zupa pomidorowa z warzywami i makaronem, zabieleną - <b>seler, białko mleka, gluten pszenne, białko mleka</b> Ziemniaki z masłem i koperkiem zielonym - <b>białko mleka</b> Wątróbka drobiowa z cebulką – <b>gluten pszenne</b> Surówka z ogórka kiszzonego z kukurydzą i cebulką z olejem Kompot wieloowocowy Jabłko  <b>1061,08 kcal</b>	Szynka drobiowa - <b>laktoza, białko sojowe, białko pszenne</b> Ser Żółty Gouda– <b>białko mleka</b> Chleb pszenno-żytni- <b>gluten pszenno-żytni</b> Masło- <b>białko mleka</b> Pomidor, ogórek zielony Dżem Herbata z cytryną  <b>645,70 kcal</b>
<b>WTOREK</b> <b>07.09.2021</b>	Twarożek z rzodkiewką, ogórkiem zielonym i szczypiorkiem- <b>białko mleka</b> Masło- <b>białko mleka</b> Chleb pszenno-żytni- <b>gluten pszenno-żytni</b> Bułka okrągła - <b>gluten pszenne</b> Kakao z mlekiem 2 % - <b>białko mleka,</b>  <b>672,26 kcal</b>	Polędwica drobiowa– <b>białko pszenne, białko sojowe, laktoza</b> Chleb pszenno-żytni- <b>gluten pszenno-żytni</b> masło- <b>białko mleka</b> pomidor Herbata z cytryną  <b>233,85 kcal</b>	Zupa koperkowa z warzywami i ryżem, zabieleną – <b>seler, białko mleka</b> Ziemniaki z masłem i koperkiem zielonym- <b>Białko mleka</b> Kotlet wieprzowy mielony – <b>jaja, gluten pszenne</b> Buraki zasmażane – <b>białko mleka</b> Kompot wieloowocowy Arbuz  <b>1066,55 kcal</b>	Pasztet pieczony drobiowy- <b>laktoza, białko sojowe, białko pszenne</b> Masło- <b>białko mleka</b> Chleb pszenno- żytni- <b>gluten pszenno-żytni</b> Ogórek kiszony, pomidor Miód Herbata z cytryną  <b>648,30 kcal</b>

<p><b>ŚRODA</b> <b>08.09.2021</b></p>	<p>Parówki drobiowe - <b>białko mleka, błonnik pszenny</b> Masło-<b>białko mleka</b> Bułka grahamka- <b>gluten pszenno-żytni</b> Chleb pszenno-żytni- <b>gluten pszenno-żytni</b> pomidor, ketchup Herbata z cytryną</p> <p><b>682,30 kcal</b></p>	<p>Serek do chleba Śmietankowy – <b>białko mleka</b> Chleb pszenno-żytni- <b>gluten pszenno-żytni</b> masło- <b>białko mleko</b> rzodkiewka Herbata z cytryną</p> <p><b>248,0 0 kcal</b></p>	<p>Zupa ziemniaczana z warzywami – <b>seler</b> Kasza jęczmienna - <b>gluten jęczmienny</b> Pulpet gotowany z indyka – <b>gluten pszenno-żytni</b> Sos pieczarkowy – <b>gluten pszenno-żytni, białko mleka</b> Surówka z marchewki i selera z jogurtem – <b>białko mleka</b> Woda z cytryną Banan</p> <p><b>1065,43 kcal</b></p>	<p>Szynka wiejska - <b>błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza</b> Masło-<b>białko mleka</b> Chleb pszenno- Żytni - <b>gluten pszenno-żytni</b> Jogurt owocowy – <b>białko mleka,</b> pomidor, papryka czerwona Herbata z cytryną</p> <p><b>651,90 kcal</b></p>
<p><b>CZWARTEK</b> <b>09.09.2021</b></p>	<p>Płatki owsiane na mleku 2% - <b>białko mleka, gluten pszenno-żytni</b> masło - <b>białko mleka</b> Bułka grahamka– <b>gluten pszenno-żytni</b> Chleb pszenno-żytni- <b>gluten pszenno-żytni</b> Serek topiony – <b>białko mleka</b> Pomidor Herbata z cytryną</p> <p><b>677,10 kcal</b></p>	<p>Szynka wiejska - <b>błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza</b> Masło – <b>białko mleka</b> Chleb pszenno-żytni - <b>gluten pszenno-żytni</b> Papryka czerwona Herbata z cytryną</p> <p><b>268,95 kcal</b></p>	<p>Krem z papryki czerwonej z warzywami i groszkiem ptysiowym, zabieleny - <b>seler, białko mleka, gluten pszenno-żytni</b> Ziemniaki z masłem i koperkiem zielonym- <b>Białko mleka</b> Filet z ryby Miruny panierowany- <b>gluten pszenno-żytni, jaja, białko mleka</b> Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką, jabłkiem i cebulką + olej Kompot wieloowocowy Śliwka</p> <p><b>1074,70 kcal</b></p>	<p>Kiełbasa podwawelska na grill- <b>białko sojowe, laktoza, błonnik pszenny</b> Masło-<b>białko mleka</b> Chleb pszenno- Żytni - <b>gluten pszenno-żytni</b> Pomidor, ketchup Herbata z cytryną</p> <p><b>652,90 kcal</b></p>
<p><b>PIĄTEK</b> <b>10.09.2021</b></p>	<p>Jajecznica na maśle +szczypior- <b>jaja, białko mleka</b> Masło-<b>białko mleka</b> Bułka kajzerka - <b>gluten pszenno-żytni</b> Kakao z mlekiem 2 % - <b>białko mleka</b> Pomidor, dżem</p> <p><b>663,11 kcal</b></p>	<p>Drożdżówka- <b>gluten pszenno-żytni, jaja, białko mleka</b> Śliwka</p> <p><b>281,90 kcal</b></p>	<p>Kapuśniak z kapusty kiszzonej, warzyw, mięsa i kiełbasy z ziemniakami - <b>seler, błonnik pszenny, laktoza, białko sojowe</b> Kluski na parze z nadzieniem owocowym -<b>gluten pszenno-żytni, jaja</b> Jogurt naturalny z miodem- <b>białko mleka</b> Kompot wieloowocowy Banan</p> <p><b>1061,53 kcal</b></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 PSZENNĄ – MAŁKA BEZGLUTENOWA  
ZA KASZĘ JĘCZMIENNĄ – KASZA JAGLANA**

**Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn od nas niezależnych !**