

JADŁOSPIS 20.09.2021-24.09.2021



DATA	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE II	OBIAŁ	KOLACJA
PONIEDZIAŁE K 20.09.2021	Szynka Babuni - laktoza, białko sojowe, błonnik pszenny Masło- białko mleka Chleb pszenno-żytni - gluten pszenno-żytni Bułka kajzerka - gluten pszenny Ogórek zielony 631,50 kcal	Paprykarz wegański z kaszą jaglaną - seler Masło- białko mleka Chleb pszenno-żytni- gluten pszenno-żytni Papryka Żółta Herbata z cytryną 248,75 kcal	Zupa pomidorowa z warzywami i ryżem, zabelana - seler, białko mleka Ziemniaki z masłem i koperkiem zielonym- białko mleka Stek z mięsa wieprzowego z cebulką Fasolka szparagowa żółta z bułką tartą i masłem – gluten pszenny, białko mleka Sok jabłkowy 1072,65 kcal	Szynka drobiowa - 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 21.09.2021	Jajecznica na maśle +szczypior- jaja, białko mleka Masło- białko mleka Bułka kajzerka - gluten pszenny Kakao z mlekiem 2 % - białko mleka Pomidor, dżem 663,11 kcal	Ser Żółty Gouda– białko mleka Chleb pszenno-żytni- gluten pszenno-żytni Masło- białko mleka Papryka czerwona Herbata z cytryną 273,05 kcal	Zupa ogórkowa z warzywami i ziemniakami, zabelana – seler, białko mleka Makaron pióra mieszany pszenno /pełnoziarnisty - gluten pszenny, żytni Gulasz z indyka – gluten pszenny Marchewka z chrzanem i jogurtem – białko mleka Kompot wieloowocowy Banan 1068,47 kcal	Szynka wieprzowa - laktoza, błonnik pszenny, białko sojowe Masło- białko mleka Chleb pszenno- żytni - gluten pszenno-żytni Jogurt owocowy – białko mleka Pomidor, papryka Żółta Herbata z cytryną 662,20 kcal

<p>ŚRODA 22.09.2021</p>	<p>Parówki drobiowe - białko mleka, błonnik pszenny Masło-białko mleka Bułka grahamka- gluten pszenno-żytni Chleb pszenno-żytni- gluten pszenno-żytni papryka czerwona, ketchup Herbata z cytryną</p> <p>678,70 kcal</p>	<p>Drożdżówka- gluten pszenny, jaja, białko mleka Banan</p> <p>297,60 kcal</p>	<p>Zupa ryżowa z warzywami, natka pietruszki-seler Ziemniaki z masłem i koperkiem zielonym-Białko mleka Zraz wołowo-wieprzowy – gluten pszenny Sos pomidorowy – białko mleka, gluten pszenny Sałatka z sałaty lodowej z rzodkiewką, ogórkiem zielonym, kukurydzą ze śmietaną – białko mleka Woda z cytryną Arbuz</p> <p>1069,04 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 23.09.2021</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>Polędwica drobiowa–błonnik pszenny, białko sojowe, laktoza Chleb pszenno-żytni-gluten pszenno-żytni masło- białko mleko ogórek zielony Herbata z cytryną</p> <p>232,85 kcal</p>	<p>Zupa kalafiorowa z warzywami i makaronem, zabieleną - seler, białko mleka, gluten pszenny Ziemniaki z masłem i koperkiem zielonym-Białko mleka Paluszki rybne z mintaja – gluten pszenny Surówka z kapusty kiszonej z marchewką, jabłkiem i cebulką + olej Kompot wieloowocowy Jabłko</p> <p>1068,89 kcal</p>	<p>Szynka wieprzowa - laktoza, błonnik pszenny, białko sojowe Ser Żółty Gouda– białko mleka Chleb pszenno-żytni- gluten pszenno-żytni Masło- białko mleka Pomidor, papryka żółta Herbata z cytryną</p> <p>630,90 kcal</p>
<p>PIĄTEK 24.09.2021</p>	<p>Pasta z sera Żółtego i jajek ze szczypiorkiem– białko mleka, jaja Masło- białko mleka Bułka kajzerka-gluten pszenny Kakao z mlekiem 2 %- białko mleka Papryka czerwona</p> <p>642,46 kcal</p>	<p>Szynka wieprzowa- laktoza, błonnik pszenny, białko sojowe Chleb pszenno-żytni – gluten pszenno-żytni masło- białko mleka Papryka Żółta Herbata z cytryną</p> <p>236,65 kcal</p>	<p>Krem z groszku łuskanego z warzywami, kiełbasą, boczkiem i grzankami pszennymi - seler, gluten pszenny, białko sojowe, laktoza, błonnik pszenny Racuchy z jabłkiem, z cukrem pudrem – gluten pszenny, jaja, białko mleka Kompot wieloowocowy Gruszka</p> <p>1067,72 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 MAKĘ PSZENNAJĄ – MAKĄ BEZGLUTENOWA
ZA KASZĘ JĘCZMIENNAJĄ – KASZĄ JAGLANĄ**

Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn od nas niezależnych !