



Jadłospis 08.04.2024 – 19.04.2024r

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 08.04.2024 Kcal 1050	<i>Weka 50g,</i> <i>/ mąka pszenna, jaja/</i> masło 5g, <i>jajecznica na maśle ze szczypiorkiem 40g</i> <i>/ masło, jaja/</i> <i>kawa zbożowa na mleku 200ml</i> <i>/ jęczmień, żyto/</i>	<i>Zupa kalafiorowa z makaronem 250ml,</i> <i>/ kalafior , marchew, pietruszka, seler ,por, śmietana,</i> <i>mąka pszenna, jaja/</i> <i>gulasz drobiowy 40g/50ml,</i> <i>/ udziec drobiowy, mąka pszenna, olej, cebula /</i> kasza pełczak 40g <i>surówka z marchwi z brzoskwinią 70g</i> <i>kompot z owoców mieszanych 200ml</i>	<i>Kisiel z tartym jabłkiem 150ml</i> <i>chrupki kukurydziane 20g</i>
Wtorek 09.04.2024 Kcal 1100	<i>Chleb pszenno – żytni 50g</i> <i>/ mąka pszenna, żyto/</i> masło 5g, <i>szynka wieprzowa 30g / soja/</i> <i>pomidor 50g b/s</i> <i>kawa zbożowa na mleku 200ml</i> <i>/ jęczmień, żyto/</i>	<i>Bulion warzywny z makaronem i natką</i> <i>pietruszki 250ml</i> <i>/kurczak ,szponder wołowy mieszanka wielowarzywna,</i> <i>marchew, pietruszka, seler, por, mąka pszenna, jaja/</i> <i>ziemniaki z koperkiem 120g</i> <i>nuggetsy z kurczaka 70g</i> <i>/ filet z kurczaka , jaja, olej, bulka tarta pszenna/</i>	<i>Panacotta z truskawką</i> <i>/ śmietana , mleko, cukier/</i> biszkopty 20g <i>/ mąka pszenna, jaja, cukier/</i>

		surówka z pekińskiej sałaty 70g /jogurt/ kompot owocowy 200ml	
Środa 10.04.2024 Kcal 980	Płatki kukurydziane na mleku 200ml, weka 30g/ mąka pszenna, jaja/ masło 10g, połędwica drobiowa 25g / soja/ ogórek świeży 20g herbata 200ml	Zupa z czerwonej soczewicy z ziemniakami 250ml /soczewica czerwona, pomidory pelatii, marchew, pietruszką, czosnek, cebula, śmietana/ makaron z truskawkami i jogurtem 150g / mąka pszenna, jaja, jogurt/ kompot z owoców mieszanych 200ml	Tosty z szynką 80g / mąka pszenna, jaja, soja, masło, pomidor/ herbata 150ml
Czwartek 11.04.2024 Kcal 1005	Chleb pszenno – żytni 50g / mąka pszenna, żyto/ masło 5g, ser żółty gouda 30g liść sałaty kawa zbożowa na mleku 200ml / jęczmień, żyto/	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml / pomidory pelatii, marchew, pietruszka, , śmietana, mąka pszenna/ medalion drobiowo- wieprzowy 70g / filet z kurczaka, szynka, papryka, olej, cebula, mąka pszenna/ ziemniaki ze szczypiorkiem 120g buraczki z jabłkiem 70g kompot agrestowo- wiśniowy 200ml	Weka /mąka pszenna, jaja/30g, masło 5g, jajko 30g papryka 25g herbata miętowa 150ml
Piątek 12.04.2024 Kcal 1080	Rogalik maślany 50g / mąka pszenna, żytnia / masło 10g dżem owocowy 30g papryka słupki 20g kawa zbożowa/jęczmień, żyto/ z mlekiem 200ml	Zupa grysikowa 250ml, /kasza manna, bulion drobiowy, kapusta włoska marchew, pietruszką, cebula, puree ziemniaczane ze szczypiorkiem 120g kotleciki rybne panierowana 70g / mintaj, jaja, mleko, bułka tarta, olej/ surówka z kapusty kiszzonej 70g kompot truskawkowy 200ml	Ciasto jogurtowe 80g / mąka pszenna, jaja, jogurt, cukier, cytryna/
Poniedziałek 15.04.2024 Kcal 1040	Bułka grahamka 50g /mąka pszenna, jaja/ masło 10g, szynka wieprzowa/ soja/ 30g, rzodkiewka 40g, kawa zbożowa na mleku 200ml / jęczmień, żyto/	Krupnik zabieleny z ziemniakami 250ml /marchew, pietruszka, seler, kapusta włoska, cebula, kasza jaglana, ziemniaki, mąka pszenna, śmietana/ bułki drożdżowe na parze 150g, /mąka pszenna, mleko, drożdże jajko/ jogurt owoce leśne 100ml herbata z cytryną 150ml	Weka /mąka pszenna, jaja/30g, masło 5g, kiełbasa drobiowa 20g/ soja/ herbata 150ml
Wtorek 16.04.2024	Płatki miodowe na mleku 200ml, weka / mąka pszenna, jaja/ 30g,	Zupa jarzynowa z makaronem 250ml / marchew, pietruszka, kapusta włoska, groszek zielony,	Tęczowa galaretka z owocami i bitą śmietaną 150g

<p>Kcal 1010</p>	<p>masło 5g, pasta z twarogu i szpinaku 40g pomidor 20g, herbata ziołowa 150ml</p>	<p>brukselka, seler, por mąka pszenna, śmietana/ kurczak w sosie curry 70g/50ml, / filet z kurczaka, mąka ziemniaczana, olej / ryż 40g surówka wiosenna 70g / sałata zielona, ogórek, rzodkiewka, jogurt/ kompot gruszkowo- jabłkowy 200ml</p>	
<p>Środa 17.04.2024</p> <p>Kcal 1015</p>	<p>Bułka szpinakowa 50g, /mąka pszenna, jaja/ masło 10g, pasztet drobiowy 30g papryka świeża 20g herbata z cytryną 200ml</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml /ogórek kiszony, mieszanka warzywna b. selera, mąka pszenna, śmietana/ leniwe z masłem i musem z mango 150g / mąka pszenna, jaja, twaróg, ziemniaki , masło/ kompot truskawkowy 200ml</p>	<p>Graham /mąka pszenna, jaja/30g, masło 5g, ser żółty 20g rzodkiewka herbata 150ml</p>
<p>Czwartek 18.04.2024</p> <p>Kcal 1010</p>	<p>Bułka kajzerka 50g, / mąka pszenna, jaja/ masło 10g, awanturka z twarogu z rzodkiewką i szczypiorkiem 30g, herbata z cytryną 200ml</p>	<p>Rosolnik 250ml / kurczak, marchew, pietruszka, cebula, kapusta włoska, pietruszkę zieloną , mąka pszenna, / klopsy drobiowe z warzywami w sosie śmietanowym 70g/50ml /udziec z indyka, zielona cukinia, czerwona papryka, mąka pszenna, jaja, cebula, olej, śmietana / ziemniaki z koperkiem 120g surówka colesław 70g / kapusta biała, cebula, marchew, kukurydza, majonez/ kompot wielowocowy 200ml</p>	<p>Smoothie brzoskwiniowe 120ml herbatniki 30g</p>
<p>Piątek 19.04.2024</p> <p>Kcal 1020</p>	<p>Chleb wieloziarnisty 50g, /mąka pszenna, jaja/ masło 10g, ser żółty 30g, rzodkiewka 40g, kawa/ jęczmień, żyto/ na mleku 200ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 250ml /buraki, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, śmietana/ paluszki rybne z pieca 70g /miruna, jajko, cebula, mąka pszenna, olej/ ziemniaki z koperkiem 120g, sałatka szwedzka 70g /ogórek kiszony, cebula, marchew, olej/ kompot owocowy 200ml</p>	<p>Banan 100g chrupki kukurydziane 20g</p>

Smacznego !!!

Zastrzegamy sobie prawo do niewielkich zmian w jadłospisie.

Zgodnie z załącznikiem 2 do rozporządzenia 1169/2011 w jadłospisie wyróżniono pogrubieniem substancje lub produkty powodujące alergię.

