

JADŁOSPIS

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
20.05.2024	<p>Zupa mleczna z ryżem, pieczywo mieszane z masłem, szynka drobiowa, pomidor malinowy, ogórek Drugie śniadanie: owoc <i>Alergeny: gluten, mleko 238 kcal</i></p>	<p>Zupa kapuśniak z białej kapusty z warzywami, koperek/ Gulasz wieprzowy z szynki, kasza bulgur, ogórek kiszony , kompot owocowy <i>Alergeny: seler, mleko 441 kcal</i></p>	<p>Kisiel truskawkowy, jabłuszko <i>Alergeny: gluten, jaja 132 kcal</i></p>
21.05.2024	<p>Pieczywo mieszane z masłem, jajecznica na maśle, ogórek, pomidor,sałata zielona herbata malinowa Drugie śniadanie: marchewka <i>Alergeny: gluten, mleko 299 kcal</i></p>	<p>Zupa szczawiowa z ziemniakami zabelana Łazanki z kapusty z kielbaską i makaronem, jabłuszko ,kompot owocowy <i>Alergeny: seler, mleko, gluten, jaja 472 kcal</i></p>	<p>Angielka z masłem orzechowym, herbata miętowa <i>Alergeny: mleko 140 kcal</i></p>
22.05.2024	<p>Pieczywo mieszane z masłem, kielbaska powawska mix sałat,pomidor malinowy , herbata z cytryną Drugie śniadanie: owoc <i>Alergeny: gluten, mleko 262 kcal</i></p>	<p>Zupa krupnik z warzywami i ziemniakami, koperek Nugetsy z kurczaka w płatkach kukurydzianych, ziemniaczki, surówka z kapusty i ogórka zielonego, kompot owocowy <i>Alergeny: gluten, seler 492 kcal</i></p>	<p>Owoce mix, andruty <i>Alergeny: gluten, mleko, jaja 136 kcal</i></p>
23.05.2024	<p>Kawa zbożowa na mleku ,Pieczywo z masłem, pomidor, ogórek , mix sałata, szynka z piersi z indyka, Drugie śniadanie: banan <i>Alergeny: gluten, mleko 214 kcal</i></p>	<p>Zupa buraczkowa z ziemniakami zabelana Pulpety w sosie pomidorowym , kasza gryczana, surówka z kapusty włoskiej , kompot owocowy <i>Alergeny: seler 465 kcal</i></p>	<p>Budyń czekoladowy, mandarynka <i>Alergeny: mleko, gluten 176 kcal</i></p>
24.05.2024	<p>pieczywo mieszane z masłem, twarożek biały ze szczypiorkiem, papryka , pomidor,ogórek zielony, herbata z miodem Drugie śniadanie: gruszka <i>Alergeny: gluten, mleko 269 kcal</i></p>	<p>Zupa żurek z ziemniakami i kielbaską, majeranek Racuchy drożdżowe własnej roboty z cukrem pudrem i konfiturą owocową , kompot owocowy <i>Alergeny: gluten, mleko, seler, jaja, ryby, gorczyca 437 kcal</i></p>	<p>Galaretka agrestowa, ciastko zbożowe <i>Alergeny: mleko, gluten, jaja 242 kcal</i></p>

Jadłospis może ulec zmianie



Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
27.05.2024	Herbata malinowa, angiela z masłem, ser mazdamer, mix sałat, pomidor ,ogórek Drugie śniadanie: kalarepa <i>Alergeny: gluten, mleko 243 kcal</i>	Zupa kartoflanka z warzywami i koperkiem Spaghetti Carbonara z makaronem i serem żółtym , kompot owocowy <i>Alergeny: gluten, seler, mleko 414</i>	Kanapki z masłem i szynką drobiową, owoc <i>Alergeny: gluten, mleko 177 kcal</i>
28.05.2024	pieczywo mieszane z masłem, szynka wieprzowa, papryka , pomidor, sałata zielona, Herbata owocowa Drugie śniadanie: marchewka <i>Alergeny: gluten, mleko 353 kcal</i>	Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką Kotlet pożarski, ziemniaki, marchewka z groszkiem na ciepło, kompot owocowy <i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko 408</i>	Ciasto drożdżowe z serem, rumianek <i>Alergeny: mleko, gluten, kcal</i>
29.05.2024	Płatki czekoladowe na mleku ,pieczywo mieszane z masłem, pasztecik drobiowy, ogórek kiszony, pomidor, Drugie śniadanie: gruszka <i>Alergeny: gluten, mleko 220 kcal</i>	Zupa Kapuśniak z kiszonej kapusty z majerankiem Ryż paraboliczny z truskawkami i śmietaną kompot owocowy <i>Alergeny: gluten, mleko, seler 563</i>	Owoce mix, biszkopty <i>Alergeny: gluten, mleko 134 kcal</i>

Jadłospis może ulec zmianie.

% Realizacji makroskładników z całego jadłospisu

	Energia z białka (%)	Energia z tłuszczów (%)	Energia z węglowodanów (%)
Norma	10 - 20	20-35	45 - 65
Realizacja zapotrzebowania	15.4	29	57.4