



Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
16.09.2024	<p>Mleko z miodem, pieczywo mieszane z masłem, szynka konserwowa, pomidor malinowy, ogórek zielony Drugie śniadanie: jabłko <i>Alergeny: gluten, mleko 238 kcal</i></p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną ,koperek/ Gulasz wieprzowy z kaszą jęczmienną , surówka warzywna, kompot owocowy <i>Alergeny: seler, mleko 441 kcal</i></p>	<p>Buleczki maślane, herbata owocowa <i>Alergeny: gluten, jaja 132 kcal</i></p>
17.09.2024	<p>Pieczywo mieszane z masłem, ser gouda, ogórek, pomidor,sałata zielona herbata malinowa Drugie śniadanie: marchewka <i>Alergeny: gluten, mleko 299 kcal</i></p>	<p>Zupa krupnik z ziemniakami i kaszą , koperek/ Pierś w panierce z ziemniakami, surówka z kapusty białej i pora ,kompot owocowy <i>Alergeny: seler, mleko, gluten, jaja 472 kcal</i></p>	<p>Mix owoców <i>Alergeny: mleko 140 kcal</i></p>
18.09.2024	<p>Pieczywo mieszane z masłem, pomidor, paróweczki z ketchupem, mix sałat,pomidor, kakao na mleku Drugie śniadanie: owoc <i>Alergeny: gluten, mleko 262 kcal</i></p>	<p>Zupa barszcz biały z ziemniakami i kielbaską/Kotlet mielony, ziemniaczki ,buraczki ćwikłowe , kompot owocowy <i>Alergeny: gluten, seler 492 kcal</i></p>	<p>Galaretka owocowa,herbatka owocowa <i>Alergeny: gluten, mleko, jaja 136 kcal</i></p>
19.09.2024	<p>Pieczywo z masłem, pomidor, ogórek , jajko na twardo, herbata owocowa Drugie śniadanie: banan <i>Alergeny: gluten, mleko 214 kcal</i></p>	<p>Zupa fasolowa z ziemniakami i majerankiem/Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z warzywami, makaron fusilli, kompot owocowy <i>Alergeny: seler 465 kcal</i></p>	<p>Ciasto drożdżowe, herbata owocowa <i>Alergeny: mleko, gluten 176 kcal</i></p>
20.02.2024	<p>Płatki kukurydziane na mleku, pieczywo mieszane z masłem, twarożek biały ze szczypiorkiem, papryka , pomidor, Drugie śniadanie: gruszka <i>Alergeny: gluten, mleko 269 kcal</i></p>	<p>Zupa kapuśniak ze świeżej kapusty z ziemniakami zabieleną/Naleśniki z serem i dżemem, kompot owocowy <i>Alergeny: gluten, mleko, seler, jaja, ryby, gorczyca 437 kcal</i></p>	<p>Kanapki z masłem i szynką drobiową, mięta <i>Alergeny: mleko, gluten, jaja 242 kcal</i></p>

Jadłospis może ulec zmianie



Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
23.09.2024	Kakao Puchatek, pieczywo mieszane z masłem, ser mazdamer, mix sałat, pomidor, ogórek Drugie śniadanie: owoc sezonowy <i>Alergeny: gluten, mleko 243 kcal</i>	Zupa rosół z makaronem i pietruszką/ Potrawka z kurczaka z warzywami w sosie śmietanowym z koperkiem, makaron penne, kompot owocowy <i>Alergeny: gluten, seler, mleko 414</i>	Kanapki z masłem i szynką wieprzową, owoce <i>Alergeny: gluten, mleko 177 kcal</i>
24.09.2024	Pieczywo mieszane z masłem, krakowska parzona, ogórek kiszony, papryka, pomidor, herbata owocowa Drugie śniadanie: marchewka <i>Alergeny: gluten, mleko 353 kcal</i>	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabelana / Nuggetsy w panierce ziemniaki, surówka wielowarzywna, kompot owocowy <i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko 408</i>	Owoce mix <i>Alergeny: mleko, gluten, kcal</i>
25.09.2024	Zupa mleczna z kaszą manną, pieczywo mieszane z masłem, dżem, pomidor, sałata Drugie śniadanie: śliwka <i>Alergeny: gluten, mleko 220 kcal</i>	Zupa grochowa z ziemniakami i majerankiem Makaron penne z serem białym i cynamonem, kompot owocowy <i>Alergeny: gluten, mleko, seler 563</i>	Kanapki z serem gouda, pomidorem, herbata owocowa <i>Alergeny: gluten, mleko 134 kcal</i>
26.09.2024	Pieczywo mieszane z masłem, filet z kurczaka, pomidor, ogórek, herbata rumiankowa Drugie śniadanie: papryka <i>Alergeny: gluten, mleko, jaja 223 kcal</i>	Zupa koperkowa z ziemniakami / Spaghetti z sosem bolonese z warzywami z makaronem, kompot owocowy <i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko 426 kcal</i>	Jogurt owocowy <i>Alergeny: gluten, mleko 174 kcal</i>
27.09.2024	Pieczywo mieszane z masłem, pasztecik drobiowy, ogórek konserwowy, rzodkiewka, herbata owocowa Drugie śniadanie: jabłuszko <i>Alergeny: gluten, mleko 305 kcal</i>	Zupa grysikowa z warzywami i pietruszką / paluszki rybne z dorsza, ziemniaczki, surówka z kiszonej kapusty, kompot owocowy <i>Alergeny: gluten, mleko, seler, ryby, jaja 371 kcal</i>	Owoce mix, flipsy kukurydziane <i>Alergeny: gluten, mleko 202 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