



Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
04.11.2024	<p>Płatki czekoladowe na mleku, chleb mieszany z masłem, ser mazdamer, mix sałat, pomidor ,ogórek Drugie śniadanie: owoc <i>Alergeny: gluten, mleko 243 kcal</i></p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana, koperek/ Gulasz wieprzowy, kasza jęczmienna, ogórek kiszony, kompot owocowy <i>Alergeny: gluten, seler, mleko 414</i></p>	<p>Budyń śmietankowy <i>Alergeny: gluten, mleko 177 kcal</i></p>
05.11.2024	<p>pieczywo mieszane z masłem, paróweczki wieprzowe z ketchupem, ogórek zielony, papryka, herbata owocowa Drugie śniadanie: strucla drożdżowa <i>Alergeny: gluten, mleko 353 kcal</i></p>	<p>Zupa kapuśniak ze świeżej kapusty z ziemniakami/ Kotlet mielony w panierce , ziemniaczki, marchewka z groszkiem na ciepło, kompot owocowy <i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko 408</i></p>	<p>Kanapki z serem gouda, herbata mięta <i>Alergeny: mleko, gluten, kcal</i></p>
06.11.2024	<p>Kawa zbożowana mleku ,pieczywo mieszane z masłem, pasztecik drobiowy, ogórek kiszony, pomidor, Drugie śniadanie: gruszka <i>Alergeny: gluten, mleko 220 kcal</i></p>	<p>Zupa barszcz biały z ziemniakami i warzywami zabelana/ Naleśniki z serem białym i dżemem, kompot owocowy <i>Alergeny: gluten, mleko, seler 563</i></p>	<p>Owoce mix, wafle ryżowe <i>Alergeny: gluten, mleko 134 kcal</i></p>
07.11.2024	<p>Pieczywo mieszane z masłem sałata, rzodkiewka, , pomidor, ogórek, polędwica drobiowa herbata z miodem Drugie śniadanie: papryka <i>Alergeny: gluten, mleko, jaja 223 kcal</i></p>	<p>Zupa kartoflanka z warzywami i koperkiem/ Spaghetti Carbonara z mięsem drobiowym, boczkiem i makaronem penne, ser mozzarella/ kompot owocowy <i>Alergeny: seler, gluten, jaja, mleko 426 kcal</i></p>	<p>Banany, andrutry <i>Alergeny: gluten, mleko 174 kcal</i></p>
08.11.2024	<p>pieczywo mieszane z masłem, dżem owocowy, miód, serek topiony, herbata z cytryną Drugie śniadanie: jabłuszko <i>Alergeny: gluten, mleko 305 kcal</i></p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem zabelana/ Paluszki rybne z dorsza, ziemniaczki, surówka z kiszonej kapusty, kompot z owoców <i>Alergeny: gluten, mleko, seler, ryby, jaja 371 kcal</i></p>	<p>Galaretką owocowa <i>Alergeny: gluten, mleko 202 kcal</i></p>

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