

	PONIEDZIAŁEK 19.02.2024	WTOREK 20.02.2024	ŚRODA 21.02.2024	CZWARTEK 22.02.2024	PIĄTEK 23.02.2024
ŚNIADANIE	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Serek kanapkowy 15g/7/ schab sznurowany 15g/1,7,8/ Ogórek kwaszony 20g; Herbata owocowa 250ml; <i>Ok. 320kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Ser almette 15g/7/ szynka słoneczna 15g/1,7,8/ pomidor 20g; Herbata owocowa 250ml; <i>Ok. 310kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Parówka na ciepło 1szt; Serek kanapkowy 15g/7/ Sałata; ketchup; Herbata owocowa 250ml; <i>Ok. 400kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Pasztet 15g; Ser żółty 15g/7/ Ogórek kwaszony 20g; Herbata 250ml; <i>Ok.330kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Pasta jajeczna 15g/3/ Sałata; Pomidor, ogórek zielony 20g; Herbata z cytryną 250ml; <i>Ok.310kcal</i>
II Śniadanie	Kaszka manna na mleku 150ml/1,7/ <i>Ok.170kcal</i>	Chrupkie pieczywo 2szt; Warzywa w słupkach do chrupania 30g; <i>Ok. 120kcal</i>	Truskawki z bananami 150g; <i>Ok. 120kcal</i>	Wafle ryżowe 2szt; Powidła śliwkowe 20g; <i>Ok. 130kcal</i>	Płatki kukurydziane z mlekiem 150ml/7/ <i>Ok. 170kcal</i>
OBIADY	Zupa prezydencka 200ml/9/ (wywar mięsno-warzywny, warzywa, kalafior, papryka, natka pietruszki, przyprawy) Ryż 150g; Sos drobiowo-warzywny 100g/9/ (pierś kurczaka, cebulka, mieszanka warzyw, przyprawy) Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.670kcal</i>	Pomidorowa z ryżem 200ml/9/ (wywar mięsno-warzywny, warzywa, przecier pomidorowy, ryż, przyprawy) Ziemniaki z koperkiem 150g; Gzik ze szczypiorkiem 100g/7/ (Twaróg śmietankowy, szczypior, przyprawy) Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.690kcal</i>	Zupa brokułowa 200ml/9/ (wywar mięsno-warzywny, warzywa, brokuły, natka pietruszki, przyprawy) Ziemniaki puree z koperkiem 150g/7/ Pieczeń rzymska/1,3/ (mielone mięso z łopatki wp, jajko, bułka tarta, cebulka, przyprawy) Gotowane trio warzywne 100g/9/ Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.710kcal</i>	Zupa ogórkowa 200ml/9/; (wywar mięsno-warzywny, warzywa, ogórki kwaszone, natka pietruszki, przyprawy) Kasza jęczmienna 150g/1/ Gulasz z łopatki wp 100g/9/ (łopatka wp, cebulka, przyprawy) Surówka z buraczków 100g/9/ Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.710kcal</i>	Zupa pieczarkowa 200ml/9/; (wywar mięsno-warzywny, warzywa, pieczarki, przyprawy) Ryż 150g; Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 100g/4,9/ (filet z dorsza, mieszanka warzyw, przecier pomidorowy, cebulka, przyprawy) Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok. 700kcal</i>
Podwieczorek	Bułka mleczna 1szt/1,3,7/ <i>Ok.70kcal</i>	Owoc 1szt; <i>Ok. 80kcal</i>	Ciasteczka bebe 30g/1,3,7/ <i>Ok. 60kcal</i>	Galaretką owocowa 150ml; <i>Ok.150kcal</i>	Owoc 1szt; <i>Ok.80kcal</i>
Wartości odżywcze	Ok. 1230kcal B: 16g-14%; T: 45g-29%; W: 190g- 57%	Ok.1200kcal B: 30g-18%; T: 39g-25%; W: 182g- 57%	Ok. 1290kcal B: 20g-16%; T: 41g-28%; W: 175g- 56%	Ok. 1320 kcal B: 25g-17%; T: 37g-28%; W: 188g-55%	Ok. 1260kcal B: 28g-18%; T:35g-25% W: 185g-57%

Dostawca zastrzega możliwość wprowadzenia zmian w jadłospisie.

ALERGENY: /1/-gluten; /2/-skorupiaki; /3/-jaja; /4/-ryby; /5/-orzyszki ziemne; /6/-soja; /7/-mleko; /8/-orzechy; /9/-seler; /10/-gorczyca; /11/-nasiona sezamu;
/12/-dwutlenek siarki; /13/-łubin; /14/-mięczaki

*B- białko, T- tłuszcze, W- węglowodany