

	PONIEDZIAŁEK 15.04.2024	WTOREK 16.04.2024	ŚRODA 17.04.2024	CZWARTEK 18.04.2024	PIĄTEK 19.04.2024
ŚNIADANIE	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Ser kanapkowy w plastrach 15g/7/ Szynka szlachecka 15g/1,7,8/ Ogórek kwaszony 20g; Herbata owocowa 250ml; <i>Ok.330kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Ser kiri 15g/7/ Szynka słoneczna 15g/1,7,8/ Ogórek zielony 20g; Herbata ziołowa 250ml; <i>Ok.310kcal</i>	Pancake 2szt/1,3,7/ Jabłko prażone 30g; Herbata owocowo-ziołowa 250ml; <i>Ok. 390kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Paszтет 15g; Serek śmietankowy z zielonym ogórkiem 15g/7/ Sałata; Herbata 250ml; <i>Ok. 330kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Pasta z żółtego sera 15g/7/ Sałata, pomidor; Herbata z cytryną 250ml <i>Ok.330kcal</i>
II Śniadanie	Płatki kukurydziane z mlekiem 150ml/7/ <i>Ok. 160kcal</i>	Owoc 1szt; <i>Ok. 80kcal</i>	Sałatka owocowa 150ml; <i>Ok. 140kcal</i>	Wafle ryżowe 2szt; Powidła śliwkowe 15g; <i>Ok. 110kcal</i>	płatki czekoladowe z mlekiem 150ml/7,8/ <i>Ok. 170kcal</i>
OBIADY	Zupa porowa 200ml/9/ (wywar mięsno-warzywny, warzywa, por, koperek, przyprawy) Ryż 150g; Kurczak w sosie z warzywami 100g/9/ (pieś kurczaka, mieszanka warzyw, przecier pomidorowy, cebulka, przyprawy) Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.690kcal</i>	Zupa ogórkowa 200ml/9/ (wywar mięsno-warzywny, warzywa, ogórki kwaszone, natka pietruszki, przyprawy) Kasza jęczmienna 150g/1/ Gulasz z łopatki wp 100g/9/ (mięso wp, cebulka, przyprawy) Surówka z buraczków 100g; Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.710kcal</i>	Krem marchewkowy 200ml/9/ (wywar mięsno-warzywny, warzywa, marchewka, natka pietruszki, przyprawy) Łazanki z białą kapustą i mielonym mięskiem wp 150g/1,3,9/ (makaron łazanki, mielone mięso wp, cebulka, biała kapusta, przyprawy) Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.700kcal</i>	rosół z zacierką 200ml/1,3,9/ (wywar mięsno-warzywny, marchewka, natka pietruszki, makaron, przyprawy) Ziemniaki 150g; Panierowana pierś z kurczaka 80g/1,3/ (pieś kurczaka, jajko, bułka tarta, przyprawy) Gotowana modra kapusta 100g/9/ Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.730kcal</i>	Grochówka 200ml/1,9/ (wywar mięsno-warzywny, warzywa, groch, przyprawy) Ziemniaki z koperkiem 150g; Kotlet jajeczny 80g/1,3,9/ (jajko, bułka tarta, cebulka, przyprawy) Surówka z marchewki 100g/9/ Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok. 720kcal</i>
Podwieczorek	Bułka mleczna 1szt. /1,3,7/ <i>Ok. 60kcal</i>	Chrupkie pieczywo 2szt; Warzywa w słupkach 30g; <i>Ok. 120kcal</i>	Chałka z masłem 30g/1,3,7/ Serek waniliowy 15g/7/ <i>Ok. 160kcal</i>	Owoc 1szt; <i>Ok. 80kcal</i>	Tubka owocowa 1szt; <i>Ok. 60kcal</i>
Wartości odżywcze	Ok. 1240kcal B: 24g-20%; T: 34g-28%; W: 192g- 52%	Ok. 1220kcal B: 22g-19%; T: 35g-27%; W: 197g- 54%	Ok. 1390kcal B: 18g-14%; T: 38g-28%; W: 205g- 58%	Ok. 1250 kcal B: 28g-23%; T: 34g-27%; W: 172g-50%	Ok.1280kcal B: 24g-19%; T: 39g-29% W: 199g-52%

Dostawca zastrzega możliwość wprowadzenia zmian w jadłospisie.

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

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