

	PONIEDZIAŁEK 02.09.2024	WTOREK 03.09.2024	ŚRODA 04.09.2024	CZWARTEK 05.09.2024	PIĄTEK 06.09.2024
ŚNIADANIE	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Ser łaciaty 15g/7/ Szynka bankietowa 15g/1,7,8/ pomidor 20g; Herbata owocowa 250ml;  <i>Ok.310kcal</i>	Pieczywo mieszane 40g/1,3,7/ Masło 5g/7/ Ser żółty/7/ 15g; Owsianka z bananami 150ml/7/ Ogórek zielony 15g; Herbata ziołowa 250ml;  <i>Ok.440kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Parówka na ciepło 1szt; Ser śmietankowy z rzodkiew.15g/7/ Ketchup; Sałata; Herbata owocowa 250ml  <i>Ok.400kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Paszтет wędzony 15g/1/ Twarożek ze szczypiorkiem 15g/7/ Ogórek kwaszony Herbata ziołowa 250ml;  <i>Ok.330kcal</i>	Pieczywo mieszane 40g/1,3,7/ Masło 5g/7/ Płatki kukurydziane z mlekiem 150ml/7/ Pasta z żółtego sera 15g/7/ Papryka 20g; Herbata 250ml;  <i>Ok. 450kcal</i>
II Śniadanie	Kaszka manna na mleku z rodzynekami 150ml/7/  <i>Ok. 180kcal</i>	Owoc 1szt.;  <i>Ok. 80kcal</i>	Kisiel owocowy 150ml;  <i>Ok. 160kcal</i>	Smoothie owocowe 150ml;  <i>Ok.150kcal</i>	Owoc 1szt;  <i>Ok.80kcal</i>
OBIADY	Zupa prezydencka 200ml/9/ (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, kalafior, papryka, przyprawy)  Makaron świderki 150g/1/  Sos boloński 100g/9/ (mielone mięso z łopatki wp, cebulka, przecier pomidorowy, przyprawy)  Kompot/woda mineralna 200ml  <i>Ok.690kcal</i>	Zupa ogórkowa 200ml/9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, ogórki kwaszone, koperek, przyprawy)  Ziemniaki z koperkiem 150g;  Kotlet mielony 80g/1,3/ (mielone mięso z szynki wp, cebulka, jajko, bułka tarta, przyprawy)  Surówka koperkowa 100g/9/  Kompot/woda mineralna 200ml  <i>Ok.710kcal</i>	Zupa cebulowa 100ml/9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, cebulka, przyprawy)  Risotto drobiowo-warzywne 150g/9/ (ryż biały, mieszanka warzyw, cebulka, pierś z kurczaka, przyprawy)  Kompot/woda mineralna 200ml  <i>Ok.680kcal</i>	Rosół z makaronem 200ml/1,9/ (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, natka pietruszki, marchewka, makaron, przyprawy)  Puree ziemniaczane z koperkiem /7/150g;  Nuggetsy z kurczaka 2szt/1,3/ (pierś z kurczaka, jajko, bułka tarta, przyprawy)  Surówka coleslaw/3,9/  Kompot/woda mineralna 200ml  <i>Ok.730kcal</i>	Zupa pomidorowa z ryżem 200ml/9/ (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, przecier pomidorowy, ryż, przyprawy)  Ziemniaki z koperkiem 150g;  Gzik ze szczypiorkiem 100g/7/  Kompot/woda mineralna 200ml  <i>Ok.700kcal</i>
Podwieczorek	Bułka mleczna 1szt/1,3,7/  <i>Ok.60kcal</i>	Bułka graham 1/2szt./1,7/ Warzywa w słupkach 30g;  <i>Ok.140kcal</i>	Chipsy owocowe 1paczuska;  <i>Ok. 60kcal</i>	Wafle ryżowe 2szt.; Warzywa w słupkach 30g;  <i>Ok. 110kcal</i>	Pianka jogurtowo- owocowa 150ml/7/;  <i>Ok.170kcal</i>
Wartości odżywcze	Ok. 1240kcal B: 18g-19%; T: 29g-25%; W: 185g- 56%	Ok.1370kcal B: 24g-20%; T: 36g-26%; W: 182g- 54%	Ok. 1300kcal B: 26g-19%; T: 38g-28%; W: 172g- 53%	Ok. 1320kcal B: 23g-20%; T: 35g-28%; W: 188g- 52%	Ok. 1400kcal B: 22g-18%; T: 38g-25%; W: 195g- 57%

### 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/-łubin; /14/-mięczaki

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