

	PONIEDZIAŁEK 09.09.2024	WTOREK 10.09.2024	ŚRODA 11.09.2024	CZWARTEK 12.09.2024	PIĄTEK 13.09.2024
ŚNIADANIE	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Ser kanapkowy w pudełku 15g/7/ Szynka szlachecka 15g/1,7,8/ Ogórek kwaszony 20g; Herbata owocowa 250ml; <i>Ok.320kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Paszтет wędzony 15g/1/ Ser w plasterkach 15g/7/ Pomidor 20g; Herbata ziołowa 250ml; <i>Ok.330kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Parówka na ciepło 1szt; Ser almette 15g/7/ Ketchup; Ogórek zielony 20g; Herbata owocowa 250ml <i>Ok.400kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Schab wiśniowy 15g/1,7,8/ Ser żółty 15g/7/ Papryka 20g; Herbata ziołowa 250ml; <i>Ok.310kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Pasta z żółtego sera 15g/3,7/ Ser łaciasty 15g/7/ Sałata; Herbata 250ml; <i>Ok. 320kcal</i>
II Śniadanie	Owoc 1szt.; <i>Ok. 80kcal</i>	Sok owocowy 100% naturalny z miąższem 200ml; Biszkopty 3szt/1,3,7/ <i>Ok.170kcal</i>	Kisiel owocowy 150ml; <i>Ok.150kcal</i>	Koktajl mleczno-owocowy 150ml/7/ <i>Ok.180kcal</i>	Owoc 1szt; <i>Ok.80kcal</i>
OBIADY	Zupa krem szpinakowy 200ml/7,9/ (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, szpinak, śmietanka, serki śmietankowe, przyprawy) Ryż 150g; Kurczak w sosie z warzywami 100g/9/ (pierś kurczaka, mieszanka warzyw, cebulka, przecier pomidorowy, przyprawy) Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.700kcal</i>	Zupa ogórkowa 200ml/9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, ogórki kwaszone, koperek, 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.720kcal</i>	Zupa krem z białych warzyw 100ml/9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, kalafior, pietruszka, ziemniaki, seler, por, przyprawy) Pierogi z mięsem polane masłem z cebulka 150g/1,3,9/ (mąka, jajko, mięso wp, cebulka, masło, przyprawy) Surówka z marchewki 100g/9/ Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.670kcal</i>	Zupa szwajcarska porowa 200ml/7,9/ (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, por, śmietanka, serki śmietankowe, przyprawy) Ziemniaki z koperkiem 150g; Kotlecik schabowy 80g/1,3/ (schab wp, jajko, bułka tarta, przyprawy) Gotowana biała kapusta 100g/9/ Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.740kcal</i>	Zupa jarzynowa 200ml/9/ (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, mieszanka warzyw, koperek, przyprawy) Ziemniaki puree z koperkiem/7/150g; Paluszki rybne 2szt/1,3,4,7/ (mięso z dorsza, jajko, bułka tarta, przyprawy) surówka z kwaszonej kapusty 100g/9/ Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.700kcal</i>
Podwieczorek	Rogal maślany 1/2szt/1,3,7/ <i>Ok.60kcal</i>	Chipsy owocowe 1paczuska; <i>Ok. 60kcal</i>	Wafle ryżowe 2szt; Jabłko prażone 20g; <i>Ok. 130kcal</i>	Bułka graham 1/2szt./1,7/ Warzywa w słupkach 30g; <i>Ok.140kcal</i>	Ciasteczka bebe 1 paczuska/1,3,7/ <i>Ok.70kcal</i>
Wartości odżywcze	Ok. 1160kcal B: 26g-17%; T: 36g-26%; W: 195g- 57%	Ok.1280kcal B: 25g-18%; T: 42g-28%; W: 202g- 54%	Ok. 1350kcal B: 22g-18%; T: 34g-26%; W: 199g- 56%	Ok. 1370kcal B: 26g-19%; T: 39g-28%; W: 183g- 53%	Ok. 1170kcal B: 28g-20%; T: 39g-26%; W: 187g- 54%

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