

	PONIEDZIAŁEK 28.10.2024	WTOREK 29.10.2024	ŚRODA 30.10.2024	CZWARTEK 31.10.2024	PIĄTEK 01.11.2024
ŚNIADANIE	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Szynka bankietowa 15g/1,7,8/ Ser kanapkowy 15g/7/ Pomidor 20g; Herbata owocowa 250ml; <i>Ok.310kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Ser kanapkowy w plastrach 15g/7/ Paszтет 15g/1/ Ogórek kwaszony 20g; Herbata 250ml; <i>Ok.320kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Parówka na ciepło 1szt; Ser żółty 15g/7/ Ketchup; Ogórek zielony 20g; Herbata owocowa 250ml <i>Ok.430kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Schab sznurowany 15g/1,7,8/ Twaróg z zielonym ogórkiem 15g/7/ Sałata; Herbata ziołowa 250ml; <i>Ok.330kcal</i>	
II Śniadanie	Owoc 1szt.; <i>Ok. 80kcal</i>	Tubka z musem owocowym 1szt. <i>Ok.60kcal</i>	Galaretka owocowa 150ml; <i>Ok.150kcal</i>	Owoc 1szt; <i>Ok.80kcal</i>	
OBIADY	Kapuśniak z białej kapusty 200ml/9/ (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, biała kapusta, koperek, przyprawy) Makaron świderki 150g/1,3/ Sos boloński 100g/1,9/ (mielone mięso z łopatki wp, cebulka, przecier pomidorowy, przyprawy) Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.690kcal</i>	Zupa pomidorowa z makaronem 200ml/1,3,9/; (wywar mięsno- warzywny, włoszczyzna, przecier pomidorowy, makaron nitki, przyprawy) Ziemniaki 150g; Gotowane mięso wp w jarzynach 100g/9/ (łopatka wp, cebulka, jarzyny, przyprawy) Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.710kcal</i>	Zupa krem z białych warzyw 200ml/9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, kalafior, pietruszka, seler, przyprawy) Ryż 150g; Caponata 100g/9/ (papryka, cukinia, bakłażan, kukurydza, cebulka, przecier pomidorowy, przyprawy) Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.700kcal</i>	Zupa prezydencka 200ml/9/ (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, kalafior, papryka, przyprawy) Ziemniaki z koperkiem 150g; Gołąbki bez zawijania 100g/1,3,9/ (ryż, mielone mięso wp, biała kapusta, przyprawy) Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.730kcal</i>	
Podwieczorek	Kaszka manna na mleku 150ml/7/ <i>Ok. 160kcal</i>	Bułka graham 1/2szt./1,3,7/ Warzywa 30g; <i>Ok.120kcal</i>	Chipsy owocowe 1 paczuszka; <i>Ok.60kcal</i>	Chałka z masłem 30g/1,3,7/ Serek waniliowy 20g/7/ <i>Ok.140kcal</i>	
Wartości odżywcze	Ok. 1240kcal B: 22g-18%; T: 39g-26%; W: 197g- 56%	Ok.1210kcal B: 26g-20%; T:35g-26%; W: 188g- 54%	Ok. 1340kcal B: 19g-19%; T: 42g-27%; W: 193g- 54%	Ok. 1280kcal B: 25g-19%; T: 34g-28%; W: 183g- 53%	

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