

	PONIEDZIAŁEK 18.11.2024	WTOREK 19.11.2024	ŚRODA 20.11.2024	CZWARTEK 21.11.2024	PIĄTEK 22.11.2024
ŚNIADANIE	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ pasztet 15g/1/ serek w plasterkach 15g/7/ ogórek kwaszony 20g; Herbata 250ml; <i>Ok.320kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Szynka szlachecka 15g/1,7,8/ Serek delikatny 15g/7/ Pomidor 20g; Herbata 250ml; <i>Ok.310kcal</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.410kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Szynka słoneczna 15g; Ser łaciaty 15g/7/ Sałata; Herbata ziołowa 250ml; <i>Ok.320kcal</i>	Pieczywo mieszane 40g/1,3,7/ Masło 5g/7/ Pasta jajeczna 15g/3/ ogórek zielony 10g; Płatki z mlekiem 150ml/7/ Herbata z cytryną 250ml; <i>Ok.410kcal</i>
II Śniadanie	Owoc 1szt.; <i>Ok.80kcal</i>	Rogal maślany 1/2szt. <i>Ok.60kcal</i>	Jogurt owocowy 150ml/7/ <i>Ok.180kcal</i>	Tubka z musem owocowym 1szt. <i>Ok. 60kcal</i>	Owoc 1szt; <i>Ok.80kcal</i>
OBIADY	Zupa brokułowa 200ml/9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, brokuły, przyprawy) Makaron świderki 150g/1,3/; Sos boloński 100g/1,9/; (mielone mięso wp, cebulka, przecier pomidorowy, przyprawy) Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.680kcal</i>	Zupa pomidorowa z makaronem 200ml/1,3,9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, makaron, przecier pomidorowy, przyprawy) Ryż 150g; Kurczak w sosie śmietanowo-cebulowym z koperkiem 100g/1,9/; (pieś z kurczaka, cebulka, koperek, śmietanka, przyprawy) Surówka z buraczków 100g/9/; Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.710kcal</i>	Zupa krem z dyni 200ml/9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, dynia, sok pomarańczowy, przyprawy) Pierogi owocowe polane masłem 150g/1,7/; (mąka, woda, olej, owoce, masło, przyprawy) Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.670kcal</i>	Rosół z makaronem 200ml/1,3,9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, marchewka, natka pietruszki, makaron nitki, przyprawy) Ziemniaki z koperkiem 150g; Kotlet lwowski 80g/1,3/; (pieś z kurczaka, ser, jajko, bułka tarta, przyprawy) Surówka z marchewki 100g/9/; Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.740kcal</i>	Zupa krem z selera 200ml/9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, seler, przyprawy) Ziemniaki z koperkiem 150g; Paluszki rybne 2szt./3,4,7/; (filet z dorsza, jajko, bułka tarta, przyprawy) Surówka z kwaszonej kapusty 100g/9/; Kompot/woda mineralna 200ml <i>Ok.720kcal</i>
Podwieczorek	Kaszka manna z na mleku 150ml/7/; <i>Ok.160kcal</i>	Chrupkie pieczywo 2szt.; Warzywa w słupkach 20g; <i>Ok.110kcal</i>	Chipsy owocowe 1 paczuska; <i>Ok.60kcal</i>	Bułka graham 1/2szt; Warzywa w słupkach 20g; <i>Ok. 130kcal</i>	Galaretko owocowa 150ml; <i>Ok.150kcal</i>
Wartości odżywcze	Ok.1240kcal B: 19g-18%; T:32g-26%; W: 183g- 56%	Ok.1190kcal B: 24g-19%; T:35g-27%; W: 192g- 54%	Ok. 1320kcal B: 23g-16%; T: 37g-28%; W: 200g- 56%	Ok. 1250kcal B: 28g-21%; T: 40g-24%; W: 188g- 55%	Ok. 1360kcal B: 29g-22%; T: 36g-24%; W: 196g- 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/-hubin; /14/-mięczaki

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