JADŁOSPIS

Posiłek	Wtorek 07.04.2026 r.	Środa 08.04.2026 r	Czwartek 09.04.2026 r.	Piątek 10.04.2026 r.
Śniadanie godz. 8:30	Kakao [1]- 200ml Herbata z cytryną/ woda mineralna - 200ml Chleb zwykły i żytni jasny z masłem[1,2]- 40g/10g Polędwica z indyka [3]-25g Twarożek ze szczypiorkiem [1] - 35g Pomidor , rzodkiewka - 30g Dżem wiśniowy- 15g (356 kcal)	Zupa mleczna -płatki kukurydziane [1,2]- 200 ml Herbata z cytryną/ woda mineralna- 200ml Bułka pszenna z masłem [1,2] -50g Polędwica sopocka [3]-20g Pomidor ,szczypior -40g Dżem z czarnej porzeczki-15g (353 kcal)	Kawa inka[1,2]- 200ml Herbata z cytryną/ woda mineralna -200ml Bułka słonecznikowa z masłem[1,2] -50g- Ser żółty- 15g Schab pieczony [3] -15g Rzodkiewka , szczypior - 30g Dżem śliwkowy-15g (346 kcal)	Kakao[1] -200ml Herbata z cytryną -200ml/woda mineralna-200ml Chleb zwykły i żytni jasny [1,2] -40g Masło[1] -10 g. Kiełbasa krakowska sucha [3]-15g Pasta z twarogu[1] z orzechami ,rodzynkami i miodem[1]-45g Pomidor , szczypior -30g Dżem wiśniowy – 15 g (353 kcal)
II Śniadanie godz.: 10:30	Pomarańcza – 200g Migdały -8g Woda mineralna- 150ml (98 kcal)	Winogrona ,marchew ,kalarepa -100g Pestki dyni -12g Woda mineralna- 150 ml	Kasza manna z sokiem truskawkowym- 130g (99 kcal)	Koktajl jagodowy[1] - 175 ml Chrupki kukurydziane[2]- 5g Woda mineralna-150ml (98 kcal)
Obiad godz. 12:00	Zupa żurek z jajkiem [4, 1 ,6]-250ml Kotlet schabowy panierowany [2,6]-70g Ziemniaki z koprem -140g Mizeria z jogurtem[1] -80g Kompot wiśniowy- 200ml (393 kcal)	Zupa jarzynowa[1,2,]- 250ml Gulasz z indyka[2,] - 100g Kluski śląskie [2]-140g Surówka z buraczków -85g Kompot z czarnej porzeczki- 200ml (394 kcal)	Zupa pomidorowa z ryżem[2,4-] 250ml Filet z kurczaka w sosie śmietanowym[1,2]-120g Makaron penne [2] -120g Surówka z pora [1]-80g Kompot śliwkowy - 200ml (400 kcal)	Zupa krupnik-[2,4] 250g Filet z miruny smażony[2]- 70g Ziemniaki z koprem 140 g. Surówka z kapusty kiszonej - 100g. Kompot wiśniowy – 200ml (397 kcal)
Podwieczorek godz. 14:30	Gruszka-200g Słonecznik-15g (148 kcal)	Budyń waniliowy [1,2] z rodzynkami i sokiem -180 g (152 kcal)	Babka cytrynowa[2,6,1]- 50g (wyrób własny) Jabłko – 80g Woda mineralna -150ml (146 kcal)	Banan – 200g Migdały prażone -10g Woda mineralna -150ml (150 kcal)

Alergeny :

1- mleko i przetwory mleczne(łącznie z laktozą), 2- zboża glutenowe tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, a także ich produkty pochodne; 3- soja, zboża zawierające gluten, gorczycę, seler, oraz mleko (łącznie z laktozą); 4- seler/gorczyca, 5 - ryby i ich przetwory, 6-jaja i produkty po

Dyrektor zastrzega sobie prawo do zmian w jadlospisie.

Sporządziła: Bodzęta Agnieszka