







## JADŁOSPIS

Posilek	Poniedziałek 17.02.2025 r.	Wtorek 18.02.2025 r.	Środa 19.02.2025 r.	Czwartek 20.02.2025 r.	Piątek 21.02.2025 r.
<b>Śniadanie</b>   godz. 8:30	Zupa mleczna z zacierką <sup>1,2</sup> - 250ml Herbata z cytryną/ woda mineralna-200ml Chleb zwykły i graham z masłem <sup>1,2</sup> -50g Szyunka z piersi kurczaka <sup>3</sup> - 20g Ogórek, szczypior - 40g Dżem śliwkowy -15g  ( 349 kcal )	Kawa <sup>1</sup> - 200 ml Herbata z cytryną/ woda mineralna- 200ml Rogal maślany z masłem <sup>1,2</sup> - 50g Schab pieczony <sup>3</sup> -20g Papryka czerwona i żółta - 30g Salata -10g Dżem z czarnej porzeczki -15g  ( 353 kcal )	Kakao- 200ml Herbata z cytryną/ woda mineralna -200ml Chleb zwykły i razowy z masłem <sup>1,2</sup> - 40g/10g Jajecznica -50g Polędwica z indyka <sup>3</sup> - 25g Pomidor ,szczypior - 40g Dżem wiśniowy- 15g  ( 347 kcal )	Kawa inka <sup>1,2</sup> - 200ml Herbata z cytryną/ woda mineralna -200ml Bułka pszenna z masłem z masłem <sup>1,2</sup> -40g Masło <sup>1</sup> - 10g Pasta z twarogu <sup>1</sup> -20g Szyunka gotowana <sup>3</sup> -15g Rzodkiewka ,szczypior - 30g Dżem śliwkowy-15g  ( 356 kcal )	Kakao <sup>1</sup> -200ml Herbata z cytryną -200ml Chleb zwykły i żytni jasny <sup>1,2</sup> -40g Masło <sup>1</sup> -10 g. Kielbasa krakowska sucha <sup>3</sup> -15g Ser żółty <sup>1</sup> -15g Pomidor , szczypior -30g Dżem wiśniowy – 15 g  ( 355 kcal )
<b>II Śniadanie</b>   godz.: 10:30	Pomarańcza -170g Słonecznik -10g Woda mineralna- 150ml  ( 98 kcal )	Banan -190g Woda mineralna- 150 ml  ( 99 kcal )	Budyń z rodzynkami i sokiem <sup>1</sup> - 130g Woda mineralna- 150ml  ( 99 kcal )	Jabłko -180g Orzechy -17g Woda mineralna- 150ml  ( 99 kcal )	Koktajl truskawkowy <sup>1</sup> - 190 ml Chrupki kukurydziane <sup>2</sup> - 5g Woda mineralna-150ml  ( 100 kcal )
<b>Obiad</b>   godz. 12:00	Zupa z kapustą włoską i pomidorami <sup>4</sup> - 250ml Naleśniki z twarogiem <sup>1,2,6</sup> -170g Polewa truskawkowa <sup>1</sup> – 60ml Kompot śliwkowy - 200ml  ( 393 kcal )	Zupa fasolowa <sup>1,4</sup> - 250ml Makaron spaghetti <sup>2</sup> - 120g Sos warzywno-mięsny-130g Kompot z czarnej porzeczki- 200ml  ( 404 kcal )	Zupa kalafiorowa <sup>1,3</sup> -250ml Kotlet mielony <sup>2,6</sup> -60g Ziemniaki z koprem -140g Ogórek kwaszony -60g Kompot wiśniowy- 200ml  ( 393 kcal )	Rosół z makaronem <sup>2,4</sup> -250ml Potrawka z kurczaka <sup>1,4</sup> -80g Ryż <sup>2</sup> -140g Marchewka z groszkiem <sup>1,2</sup> -80g Kompot śliwkowy - 200ml  ( 395 kcal )	Zupa krupnik <sup>2,4</sup> 250g Kotlet z dorsza smażony <sup>2</sup> - 80g Ziemniaki z koprem 140 g. Surówka z kapusty kiszzonej -100g. Kompot wiśniowy – 200ml  ( 396 kcal )
<b>Podwieczorek</b>   godz. 14:30	Chleb razowy z masłem <sup>1,2</sup> -35g Herbata z cytryną -200ml Kielbasa krakowska <sup>3</sup> -20g Rzodkiewka -30g  ( 151 kcal )	Jabłko -100g Jogurt naturalny z miodem <sup>1</sup> - 150g/15g  ( 148 kcal )	Gruszka-200g Pestki dyni-15g  ( 148 kcal )	Kakao <sup>1</sup> -120ml Chleb graham z masłem <sup>1,2</sup> -20g/5g Polędwica sopocka <sup>3</sup> -15g Salata -5g  ( 151 kcal )	Banan -195g Migdały -10g  ( 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 pochodne.

Dyrektor zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.

Sporządziła: Bodzeta Agnieszka

