


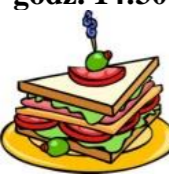




JADŁOSPIS

Posilek	Poniedziałek 14.04.2025 r.	Wtorek 15.04.2025 r.	Środa 16.04.2025 r.	Czwartek 17.04.2025 r.	Piątek 18.04.2025 r.
Śniadanie  godz. 8:30	Zupa mleczna z zacierką ^{1,2} - 250ml Herbata z cytryną/ woda mineralna-200ml Chleb zwykły i graham z masłem ^{1,2} -50g Szyńka z piersi kurczaka ³ - 20g Ogórek, szczypior - 40g Dżem śliwkowy -15g (349 kcal)	Kawa ¹ - 200 ml Herbata z cytryną/ woda mineralna- 200ml Rogal maślany z masłem ^{1,2} - 50g Ser żółty ¹ -15g Schab pieczony ³ -15g Papryka czerwona i żółta - 30g Sałata -10g Dżem z czarnej porzeczki -15g (353 kcal)	Kakao- 200ml Herbata z cytryną/ woda mineralna -200ml Chleb zwykły i razowy z masłem ^{1,2} - 40g/10g Jajecznica -50g Polędwica z indyka ³ - 25g Pomidor ,szczypior - 40g Dżem wiśniowy- 15g (347 kcal)	Kawa inka ^{1,2} - 200ml Herbata z cytryną/ woda mineralna -200ml Bułka pszenna z masłem z masłem ^{1,2} -40g Masło ¹ - 10g Pasta z twarogu ¹ -20g Szyńka gotowana ³ -15g Rzodkiewka ,szczypior - 30g Dżem śliwkowy-15g (356 kcal)	Kakao ¹ -200ml Herbata z cytryną -200ml/woda mineralna-200ml Chleb zwykły i żytni jasny ^{1,2} -40g Masło ¹ -10 g. Kielbasa krakowska sucha ³ -15g Ser żółty ¹ -15g Pomidor , szczypior -30g Dżem wiśniowy – 15 g (355 kcal)
II Śniadanie  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 ¹ - 130g Woda mineralna- 150ml (99 kcal)	Jabłko -180g Orzechy -17g Woda mineralna- 150ml (99 kcal)	Koktajl truskawkowy ¹ - 190 ml Chrupki kukurydziane ² - 5g Woda mineralna-150ml (100 kcal)
Obiad  godz. 12:00	Zupa z kapustą włoską i pomidorami ⁴ - 250ml Naleśniki z twarogiem ^{1,2,6} -170g Polewa truskawkowa ¹ – 60ml Kompot śliwkowy - 200ml (402 kcal)	Zupa fasolowa ^{1,4} - 250ml Makaron spaghetti ² - 120g Sos warzywno-mięsny-130g Kompot z czarnej porzeczki- 200ml (402 kcal)	Zupa kalafiorowa ^{1,3} -250ml Kotlet mielony ^{2,6} -60g Ziemniaki z koprem -140g Ogórek kwaszony -60g Kompot wiśniowy- 200ml (393 kcal)	Zupa pomidorowa z makaronem ^{2,4} - 250ml Potrawka z kurczaka ^{1,4} -80g Ryż ² -140g Marchewka z groszkiem ^{1,2} -80g Kompot śliwkowy - 200ml (395 kcal)	Zupa krupnik ^{2,4} 250g Kotlet z dorsza smażony ² - 80g Ziemniaki z koprem 140 g. Surówka z kapusty kiszonej -100g. Kompot wiśniowy – 200ml (396 kcal)
Podwieczorek  godz. 14:30	Chleb razowy z masłem ^{1,2} -35g Herbata z cytryną -200ml Kielbasa krakowska ³ -20g Rzodkiewka -30g (151 kcal)	Jabłko -100g Jogurt naturalny z miodem ¹ - 150g/15g (148 kcal)	Kiwi -30g Ciasto drożdżowe ^{1,2,6} -50g (Wyrób własny) Woda mineralna -150ml (155 kcal)	Gruszka -200g Pestki dyni -15g (151 kcal)	Banan -190g Migdały -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 pochodne.

Dyrektor zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.

Sporządziła: Bodzeta Agnieszka

