

# JADŁOSPIS

13.05.2019 *Poniedziałek*

## śniadanie

Chleb mieszany 25g 62 kcal  
(Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja, Soja, Mleko, Nasiona sezamu)

Masło 5g 37 kcal  
(Alergeny: Mleko)

Szynka z piersi kurczaka 35g 70 kcal  
(Alergeny: Soja, Seler)

Ogórek świeży 20g 3 kcal

Bawarka 220g 112 kcal  
(Alergeny: Mleko)

## obiad

Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana 251g 145 kcal  
(Alergeny: Soja, Mleko, Seler)

Pierogi ruskie 221g 459 kcal  
(Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja, Mleko)

Kompot z owoców mieszanych 220g 80 kcal

## podwieczorek

Banan 100g 95 kcal

Pieczywo chrupkie błonnikowe 11g 37 kcal  
(Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja, Mleko)

# JADŁOSPIS

14.05.2019 Wtorek

## śniadanie

Płatki kukurydziane (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Orzechy)	25g	91 kcal
Mleko 2% (Alergeny: Mleko)	200g	102 kcal
Chleb graham (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu)	40g	180 kcal
Masło (Alergeny: Mleko)	5g	37 kcal
dżem brzoskwiniowy niskosłodzony	5g	7 kcal

## obiad

Rosół z makaronem (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja, Seler)	251g	82 kcal
Gulasz wieprzowy (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Soja, Seler)	129g	271 kcal
Kasza jęczmienna na sypko (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Mleko)	101g	167 kcal
Surówka z białej kapusty z marchewką i śmietaną (Alergeny: Mleko)	98g	70 kcal
Kompot z owoców mieszanych	220g	80 kcal

## podwieczorek

Jabłko	100g	46 kcal
Biszkopty (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja)	30g	108 kcal

# JADŁOSPIS

15.05.2019 Środa

## śniadanie

Bułka kajzerka 40g 128 kcal  
(Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja)

Masło 5g 37 kcal  
(Alergeny: Mleko)

Parówka wieprzowa z dodatkiem cielęciny 80g 173 kcal  
(Alergeny: Soja, Seler)

Pomidor 50g 8 kcal

Kawa inka na mleku 220g 143 kcal  
(Alergeny: Zboża zawierające gluten, Mleko)

## obiad

Zupa kalafiorowa z ziemniakami 250g 139 kcal  
(Alergeny: Zboża zawierające gluten, Mleko, Seler)

Gołąbki z mięsem i ryżem bez zawijania z sosem pom 294g 334 kcal  
(Alergeny: Zboża zawierające gluten, Mleko, Seler)

Kompot z owoców mieszanych 220g 80 kcal

## podwieczorek

Sok marchwiowo-jabłkowo-bananowy 200g 94 kcal

Paluszki delikatesowe 30g 112 kcal  
(Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja, Mleko)

# JADŁOSPIS

16.05.2019 Czwartek

## śniadanie

Zupa mleczna z makaronem zacierka	220g	136 kcal
Chleb graham (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu)	40g	180 kcal
Masło (Alergeny: Mleko)	5g	37 kcal
Twarożek z truskawkami (Alergeny: Mleko)	62g	19 kcal

## obiad

Zupa koperkowa z ryżem (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Seler)	251g	130 kcal
kotlet mielony wieprzowy w panierce (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja, Soja)	89g	225 kcal
Ziemniaki z masłem (Alergeny: Mleko)	104g	93 kcal
Surówka z marchewki, jabłek i pomarańczy	80g	40 kcal
Kompot z owoców mieszanych	220g	80 kcal

## podwieczorek

Bułeczka drożdżowa z serem (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja, Mleko)	60g	210 kcal
---	-----	----------

# JADŁOSPIS

17.05.2019 Piątek

## śniadanie

Chleb mieszany (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja, Soja, Mleko, Nasiona sezamu)	25g	62 kcal
Masło (Alergeny: Mleko)	5g	37 kcal
Pasta z makreli ,twarogu i ogórka świeżego ze śmie (Alergeny: Ryby, Mleko)	60g	103 kcal
Kakao na mleku (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Mleko)	221g	151 kcal

## obiad

Barszcz ukraiński (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Seler)	236g	148 kcal
Naleśnik z jabłkiem (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja, Mleko)	162g	202 kcal
Naleśnik z serem (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja, Mleko)	139g	207 kcal
Kompot z owoców mieszanych	220g	80 kcal

## podwieczorek

Mandarynka	70g	42 kcal
Wafel ryżowy (Alergeny: Zboża zawierające gluten)	9g	35 kcal

# JADŁOSPIS

20.05.2019 *Poniedziałek*

## śniadanie

Chleb mieszany (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja, Soja, Mleko, Nasiona sezamu)	25g	62 kcal
Masło (Alergeny: Mleko)	5g	37 kcal
szynka wieprzowa gotowana (Alergeny: Soja, Seler)	35g	75 kcal
Bawarka (Alergeny: Mleko)	220g	112 kcal
Pomidor	50g	8 kcal

## obiad

Zupa ogórkowa z ziemniakami (Alergeny: Mleko, Seler)	251g	178 kcal
Ryż na mleku na sypko (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Mleko)	210g	436 kcal
Mus truskawkowy ze śmietaną (Alergeny: Mleko)	120g	124 kcal
Kompot z owoców mieszanych	220g	80 kcal

## podwieczorek

Bułka weka (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja)	4g	10 kcal
Masło (Alergeny: Mleko)	5g	37 kcal
Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (Alergeny: Jaja, Mleko)	60g	183 kcal
Ogórek świeży	20g	3 kcal

# JADŁOSPIS

21.05.2019 Wtorek

## śniadanie

Chleb graham (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu)	40g	180 kcal
Masło (Alergeny: Mleko)	5g	37 kcal
Ser żółty (Alergeny: Mleko)	35g	111 kcal
Sałata zielona	2g	0 kcal
Ogórek świeży	20g	3 kcal
Kakao na mleku (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Mleko)	221g	151 kcal

## obiad

Zupa krupnikowa z ziemniakami i groszkiem zielonym (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Seler)	250g	163 kcal
Spaghetti z sosem pomidorowo-mięsnym (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja, Soja, Mleko, Seler)	300g	492 kcal
Kompot z owoców mieszanych	220g	80 kcal

## podwieczorek

Gruszka	100g	54 kcal
Biszkopty (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja)	30g	108 kcal

# JADŁOSPIS

22.05.2019 Środa

## śniadanie

Barszcz biały z jajkiem (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja, Mleko, Seler)	221g	117 kcal
Bułka kajzerka (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja)	40g	128 kcal
Masło (Alergeny: Mleko)	5g	37 kcal

## obiad

Zupa grochowa przecierana z ziemniakami (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Seler, Gorczyca )	250g	225 kcal
Kluski leniwe z białym serem (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja, Mleko, Seler)	250g	380 kcal
Kompot z owoców mieszanych	220g	80 kcal

## podwieczorek

Koktajl malinowy na kefirze (Alergeny: Mleko)	160g	62 kcal
Pieczywo chrupkie błonnikowe (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja, Mleko)	11g	37 kcal



# JADŁOSPIS

23.05.2019 Czwartek

## śniadanie

Płatki zbożowe (Alergeny: Zboża zawierające gluten)	25g	89 kcal
Mleko 2% (Alergeny: Mleko)	200g	102 kcal
Chleb graham (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu)	40g	180 kcal
Masło (Alergeny: Mleko)	5g	37 kcal
Twarożek z truskawkami (Alergeny: Mleko)	62g	19 kcal

## obiad

Zupa pomidorowa z makaronem (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja, Mleko, Seler)	250g	160 kcal
Pieczeń rzymska	81g	164 kcal
Sos warzywny (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Mleko, Seler)	90g	35 kcal
Ryż na sypko (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Mleko)	100g	167 kcal
Kompot z owoców mieszanych	220g	80 kcal

## podwieczorek

Pudding waniliowy (Alergeny: Soja, Mleko)	125g	94 kcal
Wafel ryżowy (Alergeny: Zboża zawierające gluten)	9g	35 kcal

# JADŁOSPIS

24.05.2019 Piątek

## śniadanie

chleb wiejski (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja)	40g	132 kcal
Masło (Alergeny: Mleko)	5g	37 kcal
Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorkiem (Alergeny: Mleko)	60g	57 kcal
Kawa inka na mleku (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Mleko)	220g	143 kcal

## obiad

Zupa grysikowa z zieloną pietruszką (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Mleko, Seler)	259g	195 kcal
Paluszki rybne Frosta (pieczone) (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja, Ryby)	60g	107 kcal
Ziemniaki z masłem (Alergeny: Mleko)	104g	93 kcal
Kapusta biała duszona (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Mleko, Seler)	110g	75 kcal
Kompot z owoców mieszanych	220g	80 kcal

## podwieczorek

Jabłko	100g	46 kcal
Paluszki delikatesowe (Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja, Mleko)	30g	112 kcal