

JADŁOSPIS 24.06-28.06.2024

PONIEDZIAŁEK - 24.06.2024 - 985 kcal

Śniadanie: weka (15g) [zawiera gluten], masło (5g) [zawiera mleko], płatki kukurydziane(20g) mleko (150g), [zawiera mleko] **(228 kcal)**

II Śniadanie: arbuż (90g) **(28 kcal)**

Obiad: Zupa krem z zielonego groszku z grzankami(300g)[zawiera seler, gluten, mleko], ryż kolorowy(80g), karkówka duszona z warzywami w sosie słodko–kwaśnym(140g)[zawiera gluten], kompot(150g) **(561 kcal)**

Podwieczorek: chleb graham (40g) [zawiera gluten], masło (5g) [zawiera mleko], polędwica drobiowa (20g), ogórek (20g) herbata owocowa (150ml) **(168 kcal)**

WTOREK - 25.06.2024 - 1085 kcal

Śniadanie: chleb graham (40g) [zawiera gluten], masło (5g) [zawiera mleko], szynka wiejska (20 g), pomidor (20 g), papryka(20 g) kawa zbożowa z mlekiem (150ml) [zawiera mleko] **(281 kcal)**

II Śniadanie: banan (90g) **(80 kcal)**

Obiad: Zupa koperkowa z ryżem(300g)[zawiera mleko, seler], makaron penne z warzywami i sosem „Carbonara”(250g) [zawiera gluten, mleko, jaja], kompot(150g) **(520 kcal)**

Podwieczorek: weka (40g) [zawiera gluten], masło (5g) [zawiera mleko], pasztet wieprzowy (15g), ogórek (20g), herbata z cytryną (150 ml) **(204 kcal)**

ŚRODA - 26.06.2024 - 917 kcal

Śniadanie: chleb pszenno- żytni (40g) [zawiera gluten], masło (5g) [zawiera mleko], pasta z makreli i twarożku (15g) [zawiera ryba, mleko], ogórek kiszony (20g), herbata z cytryną (150 ml) **(199 kcal)**

II Śniadanie: jabłko(90g) **(49 kcal)**

Obiad: Rosół z makaronem(300g)[zawiera seler, gluten, jaja], ziemniaki(100g)[zawiera mleko], kotlecik panierowany(80g) [zawiera gluten, jaja], mizeria ze śmietaną(60g)[zawiera mleko], kompot(150g) **(537 kcal)**

Podwieczorek: kasza manna na mleku z sokiem malinowym (150 ml) **(132 kcal)**

CZWARTEK - 27.06.2024 - 1056 kcal

Śniadanie: chleb żytni (40g) [zawiera gluten], masło (5g) [zawiera mleko], parówki z szynki (40g), pomidor (20g), kakao (150ml) [zawiera mleko] **(322 kcal)**

II Śniadanie: brzoskwinia (90 g) **(39 kcal)**

Obiad: Zupa kalafiorowa z zacierką(300g)[zawiera mleko, gluten, seler, jaja], kasza gryczana(80g), pieczeń rzymska z warzywami w sosie pieczeniowym(110g)[zawiera gluten, jaja], warzywa „Garni” na parze(50g), kompot(150g) **(514 kcal)**

Podwieczorek: maślanka truskawkowa (150g)[zawiera mleko], chałka (30g)[zawiera mleko, jaja, gluten] **(181 kcal)**

PIĄTEK - 28.06.2024 - 1009 kcal

Śniadanie:chleb graham (35g) [zawiera gluten], masło (5g) [zawiera mleko], ser żółty(15 g)[zawiera mleko], ogórek (20g) kakao (150ml) [zawiera mleko] **(278 kcal)**

II Śniadanie: arbuż (90g) **(28 kcal)**

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami(300g)[zawiera seler, mleko], pierogi ukraińskie(160g)[zawiera gluten, jaja, mleko],kapusta kiszona z marchewką(30g), kompot(150g) **(549 kcal)**

Podwieczorek: deser z twarożku z galaretką i owocami (80g)[zawiera mleko], herbatniki (10g)[zawiera gluten] **(154 kcal)**