

JADŁOSPIS 02.05-06.05.23

Wtorek:

śniadanie: 392kcal

płatki kukurydziane^(1,2,4) z mlekiem⁽⁵⁾ (200g). herbata owocowa (200ml)

przekąska:

owoc sezonowy

obiad: 488kcal

zupa ryżowa (250g) ^(7,9,10)

(porcja rosółowa, włoszczyzna, przyprawy)

makaron pełnoziarnisty (1) z białym serem (7) i truskawką (220g)

kompot wieloowocowy (200ml)

podwieczorek: 317kcal

pieczywo mieszane ^(1,) (30g) masło⁽⁷⁾ (5g) ser żółty⁽⁷⁾ (15g) sałata

herbata owocowa (200ml)

Łącznie: 1197kcal

Czwartek:

śniadanie: 392kcal

płatki kukurydziane^(1,2,4) z mlekiem⁽⁵⁾ (200g). herbata owocowa (200ml)

przekąska:

owoc sezonowy

obiad: 463kcal

zupa pomidorowa (250g) ^(7,9,10)

(porcja rosółowa, włoszczyzna, przyprawy)

spaghetti Bolognese (220g)

kompot wieloowocowy (200ml)

podwieczorek: 213kcal

kisiel owocowy, chrupki kukurydziane herbata z cytryną (200ml)

Łącznie: 1002kcal

Piątek:

śniadanie: 349kcal

pieczywo mieszane⁽¹⁾ (50g) masło⁽⁷⁾ (7g) jajko gotowane (30g) ⁽³⁾

serek Almette⁽⁷⁾ pomidor, herbata miętowa (200ml)

przekąska:

owoc sezonowy

obiad: 491kcal

zupa kalarepowa (250g) ^(,9,10)

(wywar warzywny, przyprawy)

filet rybny (80g) ^(1,3,4)

ziemniaki (150g)

marchewka z groszkiem(50g)

kompot wieloowocowy (200ml)

podwieczorek: 303kcal

budyń (150g) ^(1,7) herbata owocowa (200ml)

Łącznie: 1143kcal

Poniedziałek:08.05

śniadanie: 392kcal

płatki kukurydziane⁽¹⁾ z mlekiem⁽⁷⁾ (200g). herbata owocowa (200ml)

przekąska:

owoc sezonowy

obiad: 488kcal

zupa kalafiorowa (250g) ^(7,9,10)

(porcja rosółowa, włoszczyzna, przyprawy)

kompot wielowocowy (200ml)

podwieczerek: 317kcal

pieczywo mieszane(1) (30g) masło(7) (5g) ser żółty(7) (10g) sałata

herbata z cytryną (200ml)

Łącznie:1197kcal

WYKAZ ALERGENÓW:

- 1 - ZIARNA ZBÓŻ zawierające gluten,tzn. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz oraz produkty przygotowane na ich bazie
- 2 - SKORUPIAKI oraz produkty przygotowane na ich bazie
- 3 - JAJA oraz produkty przygotowane na ich bazie
- 4 - RYBY oraz produkty przygotowane na ich bazie
- 5 - ORZESZKI ZIEMNE oraz produkty przygotowane na ich bazie
- 6 - ZIARNO SOJOWE oraz produkty przygotowane na jego bazie
- 7 - MLEKO oraz produkty przygotowane na jego bazie (łącznie z laktozą)
- 8 - ORZECHY Z DRZEW ORZECHOWYCH tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy nerkowca, orzechy, pekan, brazylijskie, pistacjowe, makadamia oraz produkty przygotowane na ich bazie
- 9 - SELER oraz produkty przygotowane na jego bazie
- 10 - GORCZYCA oraz produkty przygotowane na jej bazie
- 11 - ZIARNO SEZAMOWE oraz produkty przygotowane na jego bazie
- 12 - DWUTLENEK SIARKI ORAZ SIARCZYNY w stężeniu wyższym niż 10mg/kg lub mg/l
- 13 - ŁUBINY oraz produkty przygotowane na ich bazie
- 14 - MIĘCZAKI oraz produkty przygotowane na ich bazie