

## JADŁOSPIS 02.01-05.01.24

### Wtorek:

śniadanie: 359kcal

pieczywo mieszane (1) (50g) masło(7) (7g) parówka drobiowa(1,3) (40g) pomidor,  
ketchup (1) herbata z cytryną (200ml)

przekąska:

owoc sezonowy

obiad: krem z marchewki (250g) (1,9,10)

łazanki (220g) (1)

kompot wieloowocowy (200ml)

podwieczorek: 312kcal

płatki jaglane na mleku(150g) herbata z miodem (200ml)

Łącznie

### Środa:

śniadanie: 392kcal

pieczywo mieszane (1)(50g) masło(7) (7g) wędlina drobiowa(10g) (1,9,10)  
ser żółty(7) (10g)ogórek zielony, herbata miętowa(200ml)

przekąska:

owoc sezonowy

obiad: zupa ogórkowa (250g) (1,9,10)

ryż z jabłkiem i cynamonem (220g) (1)

kompot wieloowocowy (200ml)

podwieczorek: 317kcal

jogurt bananowy (150g) (7) herbata z cytryną (200ml)

Łącznie:

### Czwartek:

śniadanie: 326kcal

pieczywo mieszane(1)(50g) masło(7) (7g) pasztet (1,9,10) (10g)  
serek topiony (7) (10g) kiełki, herbata z sokiem, (200ml)

przekąska:

owoc sezonowy

obiad: zupa neapolitańska (250g) (1,7,9,10)

kotlet drobiowy (90g) (1,3)

ziemniaki (150g)

surówka (50g)

kompot wieloowocowy (200ml)

podwieczorek: 213kcal

ryż na mleku z kakao (150g)(7) herbata z miodem (200ml)

Łącznie:1002kcal

### Piątek:

śniadanie: 349kcal

pieczywo mieszane(1) (50g) masło(7) (7g) pasta z wątróbki (1)(10g)  
serek Almette(7) pomidor, cebulka zielona, herbata miętowa (200ml)

przekąska:

owoc sezonowy

obiad: zupa grochówka (250g) (1,9,10)

kotlet jajeczny (90g) (4)

ziemniaki (150g)

surówka (50g)

kompot wieloowocowy (200ml)

podwieczorek: 303kcal

koktajl owocowy (200ml) chrupki ogórek zielony herbata z miodem

Łącznie:1143kcal

**Poniedziałek: 08.01**

śniadanie: 392kcal

płatki kukurydziane<sup>(1)</sup> z mlekiem<sup>(7)</sup> (200g). herbata owocowa (200ml)

przekąska:

owoc sezonowy

obiad: zupa krupnik (250g) (1,9,10)

makaron ze szpinakiem i serem feta (220g) (1,7)

podwieczorek: 317kcal

pieczywo mieszane (50g) masło (5g) ser żółty (10g) sałata

herbata z cytryną (200ml)

Łącznie:1129kcal

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 - ORZECZY 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