

Data	Wartość Odżywcze jadłospisu	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
13.01. 2025 PONIE- DZIAŁEK Alergeny: 1,3,7,9	E[kcal]1020 B[g]:32 T[g]:29 W[g]:135	Herbata, pieczywo mieszane, masło, wedlina, pomidor II. budyń z sokiem owocowym	-zurek -250 ml Składniki: wywar warzywny, włoszczyzna, zakwas, jaja, kiełbasa, ziemniaki, sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe -sznyceł mielony -80 g Składniki: mięso mielone, cebula, jaja, bułka tarta, sól, pieprz -ziemniaki puree z masłem i koperkiem -150 g -fasolka szparagowa -50 g Składniki: fasolka szparagowa, sól, cukier, masło, bułka tarta -woda niegazowana z miętą -200 ml	mleko, pieczywo, masło, szynka konserwowa, sałata, dżem owocowy niskosłodzony -warzywa
14.01. 2025 WTO- REK Alergeny: 1,3,7,9	E[kcal]1015 B[g]:34 T[g]:30 W[g]:122	kakao, pieczywo żytnie, pszenne , masło , pasztet, ogórek, parówki na ciepło II. jabłko	-zupa ogórkowa -250 ml Składniki: wywar warzywny, włoszczyzna (seler), ogórki kiszzone, ziemniaki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki, śmietana -spaghetti bolognese -200g Składniki: mięso mielone, cebula, pomidory, koncentrat pomidorowy, makaron, sól, pieprz, oregano -woda niegazowana z cytryną -200 ml	Kawa zbożowa na mleku, Drożdżówka z rodzynkami Składniki: mąka, jaja, mleko, masło , cukier, drożdże -warzywa
15.01. 2025 Środa Alergeny: 1,3,7,9	E[kcal]1010 B[g]:32 T[g]:31 W[g]:120	herbata, pieczywo mieszane z masłem, , wedlina, sałata II. maślanka owocowa	-krupnik -250 ml Składniki: wywar warzywny, włoszczyzna, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz, makaron, natka pietruszki -pieczeń wieprzowa -80 g Składniki: filet z kurczaka, mąka, jaja, bułka tarta, papryka słodka, sól, pieprz -ziemniaki puree z masłem i koperkiem -150 g -buraczki -50 g Składniki: buraczki, sól, cukier, ocet -woda niegazowana z pomarańczą -200 ml	mleko, bułka maślana, krem czekoladowy -warzywa
16.01. 2025 Czwar- tek Alergeny: 1,3,7,9	E[kcal]1013 B[g]:33 T[g]:29 W[g]:131	herata, pieczywo mieszane, masło, ser, szynka, sałata II. pomarańcza	-zupa kalafiorowa -250 ml Składnik: wywar warzywny, włoszczyzna (seler), sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe, natka pietruszki, ziemniaki, mieszanka warzywna, śmietana -paluszki rybne -80 g Składniki: filety rybne, jaja, bułka tartamąka, sól, pieprz -ziemniaki puree z koperkiem -150g -surówka z białej kapusty 50 g (kapusta biała, marchewka, olej rzepakowy, sól, cukier, sok z cytryny, natka pietruszki) -woda niegazowana z cytryną i miętą 200 ml	kakao -200ml, kisiel owocowy z sosem waniliowym -warzywa
17.01. 2025 PIĄTEK Alergeny: 1,3,4,7,9	E[kcal]1005 B[g]:32 T[g]:31 W[g]:125	mleko, pieczywo mieszane z masłem, pasta jajeczna ze szczyptorkiem II. jabłko	-zupa fasolowa -250 ml Składniki: wywar warzywny, włoszczyzna, ziemniaki, fasola, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, boczek wędzony, majeranek -pierogi z truskawkami -200 g Składniki: mąka, olej rzepakowy, cukier, sól, śmietanka -woda niegazowana z cytryną 200 ml	herbata -200 ml, owsianka na mleku z owocami -warzywa