

Data	Śniadanie	Składniki/ Alergeny	Obiad	Składniki/ Alergeny	Podwieczorek	Składniki/ Alergeny
28.09.2020 poniedziałek	Mleko/ herbata owocowa, Kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, kiełbasą krakowską, świeżym ogórkiem	mleko, herbata owocowa, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, gluten, chleb razowy i pszenny, kiełbasa krakowska, ogórek świeży	Zupa biały barszcz, chleb razowy/ pszenny, schab w sosie orientalnym, kasza bulgur, surówka z białej kapusty, herbata owocowa	porcje rosółowe, włoszczyzna, ziemniaki, śmietana, chleb razowy i pszenny, gluten, kasza bulgur, schab, biała kapusta, herbata	Kisiel, ciastka zbożowe, marchewkowe słupki, kawa z mlekiem/herbata czarna z cytryną i miodem	mleko, gluten, mąka pszenna, jajka, kisiel, marchew, miód naturalny
Wartość kaloryczna		296 kcal		670 kcal		350 kcal
29.09.2020 wtorek	Kawa inka z mlekiem/ herbata zielona, Kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z pastą jajeczną i szczypiorkiem	mleko, kawa inka, herbata zielona, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, gluten, chleb razowy i pszenny, jajka, szczypior	Zupa kartoflanka z płatkami ryżowymi, chleb razowy/ pszenny, kotlet drobiowy panierowany, ziemniaki, surówka z pora i marchewki, herbata czarna	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, płatki ryżowe, chleb razowy i pszenny, gluten, ziemniaki, filet z kurczaka, jajka, por, marchew, majonez, herbata	Kasza manna z owocami, herbata owocowa	mleko, kasza manna, owoce, herbata owocowa, cukier trzcinowy
Wartość kaloryczna		310 kcal		850 kcal		160 kcal
30.09.2020 środa	Kakao/ herbata owocowa, chleb razowy/ chleb pszenny z masłem, parówki, keczup, papryka	mleko, kakao, herbata owocowa, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, chleb razowy i pszenny, gluten, parówki, keczup, papryka	Zupa grochówka, chleb razowy/ pszenny, makaron z truskawkami, woda z cytryną,	porcje rosółowe, włoszczyzna, groch, kiełbasa, boczek wędzony, ziemniaki, śmietana, chleb razowy i pszenny, makaron, truskawki, gluten, mąka, twaróg biały, cukier trzcinowy, cytryna	Deser jogurtowo-gruszkowy z herbatnikami, herbata zielona	jogurt naturalny, gruszka, herbatniki, herbata zielona
Wartość kaloryczna		250 kcal		890 kcal		150 kcal
01.10.2020 czwartek	Mleko / herbata czarna, Kanapka: chleb razowy/ chleb	mleko, herbata czarna, cukier trzcinowy, masło	Zupa wielowarzywna z ziemniakami, chleb razowy/ pszenny, kotlet	porcje rosółowe, śmietana, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny,	Pudding budyniowy z sokiem	mleko, cukier trzcinowy, budyń, sok owocowy,

	pszenny z twarożkiem	śmietankowe, chleb razowy i pszenny gluten, twaróg, śmietana	mielony, kasza gryczana, buraczki, herbata z cytryną	gluten, ziemniaki, mięso mielone z łąpatki, jajka, kasza gryczana, buraki, cytryna, herbata	naturalnym, marchewkowe słupki, herbata owocowa	marchewka, herbata owocowa
Wartość kaloryczna		285 kcal		880 kcal		160kcal
02.10.2020 piątek	Kawa inka z mlekiem/ herbata owocowa, Kanapka: chleb razowy/ pszenny z masłem, pasztet i świeżym ogórkiem	mleko, kawa inka, herbata owocowa, cukier trzcinowy, masło śmietankowe, chleb razowy i pszenny, gluten, pasztet drobiowy, ogórek świeży	Zupa kapuśniak, chleb razowy/ pszenny, ryba panierowana, ziemniaki, surówka z rzepy, woda z cytryną	porcje rosółowe, włoszczyzna, śmietana, kiszona kapusta, chleb razowy i pszenny, gluten, filet z miruny, jajka, ziemniaki, rzepa, majonez, cytryna	Deser truskawkowo-jogurtowy z galaretką, herbata owocowa	galaretka, truskawki, jogurt naturalny, cukier trzcinowy, herbata owocowa
Wartość kaloryczna		250 kcal		750 kcal		280kcal
05.10.2020 poniedziałek	Mleko/herbata owocowa, Kanapka: chleb razowy/ pszenny z masłem, wędliną i papryką	mleko, herbata owocowa, cukier trzcinowy, masło śmietankowe chleb razowy i pszenny, gluten, wędlina sopocka, papryka	Zupa neopolitańska, chleb razowy/ pszenny, gulasz mięsno-warzywny, kasza pęczak, herbata zielona	porcje rosółowe, ziemniaki, włoszczyzna, makaron, serki topione, gluten, chleb razowy i pszenny, kasza jęczmienna, karkówka, cebula, marchewka, pieczarki, ogórek konserwowy	Deser ryżowo-jabłkowy z cynamonem, herbata owocowa,	mleko, ryż, jabłka, cynamon, herbata owocowa
Wartość kaloryczna		260kcal		900 kcal		130kcal
06.10.2020 wtorek	Kakao/ herbata zielona, Kanapka: chleb razowy/ pszenny z masłem, pieczonym schabem i pomidorem	mleko, kakao, herbata zielona, chleb razowy i pszenny, gluten, masło śmietankowe, cukier trzcinowy, schab pieczony, pomidor	Zupa barszcz czerwony, chleb razowy/ pszenny, kiełbasa opiekana, ziemniaki, sałatka szwedzka	porcje rosółowe, włoszczyzna, buraki, cebula, chleb razowy i pszenny, gluten, mąka, jajka, kiełbasa biała parzona, cebula, ziemniaki	Zupa mleczna z płatkami CORN FLAKES, słupki marchewki, herbata owocowa	mleko, płatki kukurydziane, herbata owocowa, marchewka
Wartość kaloryczna		230 kcal		890 kcal		135kcal

07.10.2020 środa	Mleko / herbata czarna, Kanapka: chleb razowy/ chleb pszenny z serem żółtym i świeżym ogórek	mleko, herbata zielona, chleb razowy i pszenny gluten, masło śmietankowe, ser żółty, ogórek świeży	Zupa żurek, chleb razowy/ pszenny, filet z kurczaka w sosie słodko- kwaśnym, ryż, woda z cytryną	porcje rosółowe, włoszczyzna, chleb razowy i pszenny, gluten, filet z kurczaka, śmietana, ryż, jajka, cytryna	Pączki z serka waniliowego własnego wypieku, herbata czarna	serek waniliowy, mąka, jajka, cukier trzciniowy, herbata czarna
Wartość kaloryczna		318 kcal		683 kcal		260 kcal
08.10.2020 czwartek	Zupa mleczna z makaronem chleb razowy/ chleb pszenny z dżem wiśniowym, herbata zielona	mleko, chleb razowy i pszenny gluten, makaron, dżem niskosłodzony, herbata zielona	Zupa pieczarkowa, chleb razowy/ pszenny, schab w sosie własnym, kasza jęczmienna, sałatka z kapusty pekińskiej, woda z sokiem,	porcje rosółowe, włoszczyzna, chleb razowy/ pszenny, gluten, ziemniaki, kapusta, mięso mielone z łopatki, kasza jęczmienna, sok, cytryna	Jabłka pieczone z rodzynekami i miodem mleko/ herbata owocowa	mleko, herbata owocowa, jabłka, rodzyнки, cynamon, miód
Wartość kaloryczna		246 kcal		850 kcal		295 kcal
09.10.2020 piątek	Kawa inka z mlekiem/ herbata owocowa, Kanapka: chleb razowy/ pszenny z masłem, kiełbasą krakowską i papryką	mleko, kawa inka, herbata owocowa, chleb razowy i pszenny gluten, masło śmietankowe, kiełbasa krakowska sucha, papryka	Zupa pomidorowa z mięsem mielonym, ryba po grecku w marchewce, ziemniaki, herbata cytrynowa	porcje rosółowe, włoszczyzna, pomidor, mięso mielone, chleb razowy/ pszenny, gluten, filet z miruny, ziemniaki, marchewka, cebula, herbata cytrynowa	Ciastka, koktajl jogurtowy z bananem, herbata zielona	mleko, gluten, mąka pszenna, jajka, jogurt naturalny, banan
Wartość kaloryczna		270 kcal		780 kcal		380 kcal