

Wartość kaloryczna posiłku zapewnia 30-35 %dziennego zapotrzebowania na energie i składniki odżywcze co stanowi (1205-1406)kcal

Jadłospis żywieniowy 02.10.-06.10.2023

	Poniedziałek 02-10-2023	Wtorek 03-10-2023	Środa 04-10-2023	Czwartek 05-10-2023	Piątek 06-10-2023
zupa	Zupa z kukurydzy na kurczaku z włoszczyzną i popcornem-400 g	Zupa pieczarkowa na kurczaku z makaronem i włoszczyzną-400 g	Rosół drobiowo -wołowy z makaronem -400 g	Barszcz ukraiński z ziemniakami i śmietaną - 400g	Zupa z soczewicy na kurczaku z grzankami - 400 g
	SELER, GLUTEN ,BIAŁKO MLEKA	SELER, GLUTEN ,BIAŁKO MLEKA	SELER „GLUTEN, JAJKO	SELER, GLUTEN „BIAŁKO MLEKA	SELER, BIAŁKO MLEKA, GLUTEN
Drugie danie	Spaghetti z mięsem i sosem bolońskim -300g Ogórek kiszony -50 g	Pampuchy z musem porzeczkowym -250/50 g	Pałeczki z kurczaka pieczone-100 g Ziemniaki-200g Surówka z marchewki z winogronem -100 g	Łazanki z kapustą ,kielbasą i pieczarkami -300 g Rukola -3 g	Ryba smażona -100 g Ziemniaki -300 g Surówka z kapusty czerwonej z cebulką i jabłkiem -100 g
	GLUTEN, JAJKO,	GLUTEN „JAJKO ,BIAŁKO MLEKA	BIAŁKO MLEKA	GLUTEN ,BIAŁKO MLEKA ,JAJKO,GORCZYCA	GLUTEN , JAJKO , BIAŁKO MLEKA ,RYBA
Deser	Woda z cytryną i miętą - 200 g Śliwka -100 g	Woda z cytryną-200g Jogurt z chia i rodzynkami -100 g	Herbata z cytryną imbirem i miodem -200 g Gruszka-100 g	Napój Shreka -200 g Sałatka owocowa -100g	Woda cytryną-100 g Jabłko-100 g
		BIAŁKO MLEKA			