

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-24 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2025-06-24 wtorek	Podstawowa	kawa zboż. z ml. 200 ml (MLE, GLU,) chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 60 g (GLU,) żurek z całym jajkiem, szynką, bocz.i kielbasą podl. 350 ml (SOJ, JAJ, MLE, GOR, GLU,)		zupa brokułowa z makaronem 350 ml (MLE, GLU, SEL,) pulpetwieprzowy 100 g (JAJ, GLU,) sos pomidorowy 50 g (MLE, GLU, SEL,) ziemniaki gotowane 250 g sur. wielowarzynna z kap.białą z dressingiem 150 g (SOJ, GOR,) kompot jabłkowy z cytryną 250 ml		herbata z cukrem 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 60 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) dżemik z truskawek 25 g Szynka drob. /N.Maxpol/ 50 g (GOR, GLU, SEL,) sałatka z pomidora, szczypioru i koperku 80 g płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU,)	jogurt brzoskwinia z marakują 150 g
	Łatwo strawna	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna kajzerka 50 g masło 10 g (MLE,) połędwica dr./N.Maxpol/ 50 g sałata zielona 20 g ryż na mleku 350 ml (MLE,)		zupa koperkowa z makaronem 350 g (MLE, GLU, SEL,) pulpetwieprzowy 100 g (JAJ, GLU,) sos jarzynowy 50 g (MLE, GLU, SEL,) ziemniaki gotowane 250 g marchewka gotowana 150 g kompot jabłkowy z cytryną 250 ml		herbata z cukrem 250 ml bułka pszenna kajzerka 50 g masło 10 g (MLE,) dżemik z truskawek 25 g Szynka drob. /N.Maxpol/ 50 g (GOR, GLU, SEL,) sałatka z pomidora bez skórki 80 g płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU,)	jogurt brzoskwinia z marakują 150 g
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna kajzerka 50 g połędwica dr./N.Maxpol/ 50 g sałata zielona 20 g ryż na mleku 350 ml (MLE,)	kasza jaglana na mleku 250 ml (MLE,)	zupa koperkowa z makaronem 350 g (MLE, GLU, SEL,) pulpetwieprzowy 100 g (JAJ, GLU,) sos jarzynowy 50 g (MLE, GLU, SEL,) ziemniaki gotowane 200 g marchewka gotowana 150 g kompot jabłkowy z cytryną 250 ml	budyń 200 ml (SOJ, JAJ, MLE, GLU,)	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna weka 90 g (GLU,) Szynka drob. /N.Maxpol/ 50 g (GOR, GLU, SEL,) sałatka z pomidora bez skórki 80 g płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU,)	jogurt brzoskwinia z marakują 150 g
	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglow.	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 60 g (GLU,) żurek z całym jajkiem, szynką, bocz.i kielbasą podl. 350 ml (SOJ, JAJ, MLE, GOR, GLU,)	kasza jaglana z ml. 250 ml (MLE,)	zupa brokułowa z makaronem 350 ml (MLE, GLU, SEL,) pulpetwieprzowy 100 g (JAJ, GLU,) sos jarzynowy 50 g (MLE, GLU, SEL,) ziemniaki gotowane 250 g sur. wielowarzynna z kap.białą z dressingiem 150 g (SOJ, GOR,) kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 250 ml	jabłko 250 g	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 60 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) Szynka drob. /N.Maxpol/ 50 g (GOR, GLU, SEL,) sałatka z pomidora, szczypioru i koperku 80 g	kefir 220 g (MLE,)

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-24 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2025-06-24 wtorek	podstawowa dziecięca	herbata z cukrem 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 30 g (<i>GLU,</i>) żurek z całym jajkiem, szynką, bocz. i kielbasą podl. 350 ml (<i>SOJ, JAJ, MLE, GOR, GLU,</i>)	kasza jaglana z musem jabłkowym 250 g (<i>MLE,</i>)	zupa brokułowa z makaronem 350 ml (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) pulpet wieprzowy 100 g (<i>JAJ, GLU,</i>) sos jarzynowy 50 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) ziemniaki gotowane 200 g sur. wielowarzynna z kap. białą z dressingiem 150 g (<i>SOJ, GOR,</i>) kompot jabłkowy z cytryną 250 ml	jabłko gotowane 200 g	herbata z cukrem 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 30 g (<i>GLU,</i>) masło 5 g (<i>MLE,</i>) dżemik z truskawek 25 g Szynka drob. /N.Maxpol/ 50 g (<i>GOR, GLU, SEL,</i>) sałatka z pomidora, szczypioru i koperku 80 g płatki owsiane na mleku 200 ml (<i>MLE, GLU,</i>)	jogurt brzoskwinia z marakują 150 g
	Bezglutenowa	herbata z cukrem/bezglut. 250 ml Chleb bezglut. ciemny Belviten 80 g polędwica dr. N.Maxpol /bezglut/ 50 g sałata zielona 20 g ryż na mleku /bezglut/ 350 ml (<i>MLE,</i>)		zupa brokułowa z makaronem /bezglut/ 350 ml (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) pulpet wieprzowy/bezglut/ 100 g (<i>JAJ,</i>) sos jarzynowy /bezglut/ 50 g (<i>MLE, SEL,</i>) ziemniaki gotowane 250 g sur. wielowarzynna z kap. białą z dressingiem 150 g (<i>SOJ, GOR,</i>) kompot jabłkowy z cytryną 250 ml		herbata z cukrem/bezglut. 250 ml Chleb bezglut. jasny Belviten 80 g masło 10 g (<i>MLE,</i>) dżemik z truskawek 25 g szynka drob. N.Maxpol /bezglut/ 50 g (<i>GOR, GLU, SEL,</i>) sałatka z pomidora, szczypioru i koperku 80 g płatki owsiane na ml. /bezglut/ 350 ml (<i>MLE, GLU,</i>)	jogurt brzoskwinia z marakują 150 g

Oznaczenia alergenów:

SO2 - dwutlenek siarki/siarczyny,
SOJ - soja,
JAJ - białko jaja kurzego,
MLE - mleko krowie,
GOR - gorczyca,
MIE - mięczaki,
GLU - gluten ,
OZI - orzechy ziemne,
SEL - seler,
SEZ - sezam,
SKO - skorupiaki,
ORZ - orzechy,
ŁUB - łubin,
RYB - ryby,