

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-25 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2025-06-25 środa	Podstawowa	herbata z cukrem 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 60 g (<i>GLU,</i>) ketchup 20 g kielbasa podlaska/N.Maxpol/ 120 g (<i>SOJ, GOR, GLU,</i>) sałatka z pomidora, rukoli, og.św., słon. i ol.z ol. 80 g		zupa solferino z ziemniakami 350 ml (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) pierogi leniwe z masłem. 350 g (<i>JAJ, MLE, GLU,</i>) sur. z marchewki, jabłka i ananasa z rodzynkami 150 g sałata zielona z kefirem 70 g (<i>MLE,</i>) kompot truskawkow y z cytryną 250 ml		kawa zboż. z ml. 250 ml (<i>MLE, GLU,</i>) chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 60 g (<i>GLU,</i>) masło 10 g (<i>MLE,</i>) szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 30 g (<i>SOJ, GOR, GLU,</i>) jajko na pół-miękko 70 g (<i>JAJ,</i>) sałata zielona 20 g kasza kukurydziana na mleku 200 ml (<i>MLE,</i>)	jogurt naturalny 160 g (<i>MLE,</i>)
	Łatwo strawna	kawa zboż. z ml. 250 ml (<i>MLE, GLU,</i>) bułka pszenna kajzerka 50 g masło 10 g (<i>MLE,</i>) kielb.krak.drob. /N.Maxpol/ 50 g (<i>GOR,</i>) sałatka z pomidora bez skórki 80 g kasza jaglana na mleku 250 ml (<i>MLE,</i>)		zupa jarzynowa z ziem.diet. 350 ml (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) gulasz wieprzowy 110 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) kasza jęczmienna got.z warzyw. 210 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) surówka z marchewki i jabłka 150 g kompot truskawkow y z cytryną 250 ml		herbata z cukrem 250 ml bułka pszenna kajzerka 50 g masło 10 g (<i>MLE,</i>) szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 30 g (<i>SOJ, GOR, GLU,</i>) jajko na pół-miękko 70 g (<i>JAJ,</i>) sałata zielona 20 g kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<i>MLE,</i>)	jogurt naturalny 160 g (<i>MLE,</i>)
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	kawa zboż. z ml. 250 ml (<i>MLE, GLU,</i>) bułka pszenna weka 90 g (<i>GLU,</i>) kielb.krak.drob. /N.Maxpol/ 50 g (<i>GOR,</i>) sałatka z pomidora bez skórki 80 g kasza jaglana na mleku 250 ml (<i>MLE,</i>)	kasza manna na mleku 250 ml (<i>MLE, GLU,</i>)	zupa jarzynowa z ziem.diet. 350 ml (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) gulasz wieprzowy 110 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) kasza jęczmienna got.z warzyw. 280 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) surówka z marchewki i jabłka 150 g kompot truskawkow y z cytryną 250 ml	sok bobo fruit 175 ml	kawa zboż. z ml. 250 ml (<i>MLE, GLU,</i>) bułka pszenna 90 g (<i>GLU,</i>) Szynka drob. /N.Maxpol/ 30 g (<i>GOR, GLU, SEL,</i>) jajko na pół-miękko 70 g (<i>JAJ,</i>) sałata zielona 20 g	jogurt naturalny 160 g (<i>MLE,</i>)
	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglow.	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 60 g (<i>GLU,</i>) ketchup 20 g kielbasa podlaska/N.Maxpol/ 120 g (<i>SOJ, GOR, GLU,</i>) sałatka z pomidora, rukoli, og.św., słon. i ol.z ol. 80 g	kasza manna z mlekiem 200 ml (<i>MLE, GLU,</i>)	zupa solferino z ziemniakami 350 ml (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) gulasz wieprzowy 110 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) kasza jęczmienna got.z warzyw. 210 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) surówka z marchewki i jabłka 150 g kompot truskawkow y z cytryną b.cukru 250 ml	jabłko 200 g	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 60 g (<i>GLU,</i>) masło 10 g (<i>MLE,</i>) Szynka drob. /N.Maxpol/ 30 g (<i>GOR, GLU, SEL,</i>) jajko na pół-miękko 70 g (<i>JAJ,</i>) sałata zielona 20 g	jogurt naturalny 160 g (<i>MLE,</i>)

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-25 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2025-06-25 środa	podstawowa dziecięca	herbata z cukrem 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 40 g (<i>GLU,</i>) ketchup 20 g kielbasa podlaska/N.Maxpol/ 120 g (<i>SOJ, GOR, GLU,</i>) sałatka z pomidora, rukoli, og.św., słon. i ol.z ol. 80 g jabłko pieczone 200 g	Kasza manna z cząstkami banana 250 g (<i>MLE, GLU,</i>)	zupa solferino z ziemniakami 350 ml (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) pierogi leniwe z masłem. 250 g (<i>JAJ, MLE, GLU,</i>) sur. z marchewki, jabłka i ananasa z rodzynekami 150 g sałata zielona z kefirem 70 g (<i>MLE,</i>) kompot truskawkow y z cytr yną 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 10 g (<i>MLE,</i>) Szynka drob. /N.Maxpol/ 30 g (<i>GOR, GLU, SEL,</i>) jajko na pół-miękko 70 g (<i>JAJ,</i>) sałata zielona 20 g	sok bobo frut 175 ml
	Bezglutenowa	herbata z cukrem/bezgl/ 250 ml Chleb bezglut. ciemny Belviten 100 g masło 10 g (<i>MLE,</i>) kielb.krak.drob. /N.Maxpol/ bezglut/ 50 g (<i>GOR,</i>) sałatka z pomidora, rukoli, og.św., słon. i ol.z ol. 80 g kasza jaglana na ml./bezgl/ 200 ml (<i>MLE,</i>)		zupa jarzynowa z ziemn./bezgl/ 350 ml (<i>MLE, SEL,</i>) gulasz wieprz./bezgl/ 110 g (<i>MLE, SEL,</i>) kasza gryczana got./bezgl/ 250 g surówka z marchewki i jabłka 150 g kompot truskawkow y z cytr yną 250 ml		herbata z cukrem/bezgl/ 250 ml Chleb bezglut. jasny Belviten 80 g masło 10 g (<i>MLE,</i>) szynka drob. N.Maxpol /bezgl/ 30 g (<i>GOR, GLU, SEL,</i>) jajko na pół-miękko 70 g (<i>JAJ,</i>) sałata zielona 20 g kasza kukurudziana na ml./bezgl/ 350 ml (<i>MLE,</i>)	jogurt naturalny 160 g (<i>MLE,</i>)

Oznaczenia alergenów:

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