



Jadlospis żywieniowy 09.09 - 13.09.2024

| | Poniedziałek 09.09.2024 | Wtorek 10.09.2024 | Środa 11.09.2024 | Czwartek 12.09.2024 | Piątek 13.09.2024 |
|---------------------|--|--|--|--|---|
| ZUPA | Kapuśniak z na kurczaku z ziemniakami i kiełbasą - 400 g | Zupa koperkowa na kurczaku z warzywami i ryżem - 400 g | Krem z cukinii na kurczaku z warzywami i grzankami ziołowymi - 400 g | Zupa jarzynowa na kurczaku z ziemniakami i śmietaną - 400 g | Zupa pomidorowa na kurczaku z warzywami i lanym ciastem - .400 g |
| | SELER, GORCZYCA | SELER ,BIAŁKO MLEKA | SELER, JAJKO ,BIAŁKO MLEKA ,GLUTEN | SELER, BIAŁKO MLEKA | SELER, GLUTEN ,BIAŁKO MLEKA JAJKO |
| DRUGIE DANIE | Spaghetti z sosem bolońskim i serem - 300 g Roszponka - 3 g | Bitki wieprzowe w sosie własnym - 100 / 30g Kasza pęczak - 200 g Surówka z selera naciowego z jabłkiem - 100 g | Kotlet z kurczaka - 100 g Ziemniaki - 200 g Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem i cebulką - 100 g | Pampuchy z musem malinowym – 250 / 50 g Pomidorek koktajlowy - 50 g | Ryba z pomidorem – 100 g Ziemniaki - 200 g Surówka z białej kapusty z marchewką i kukurydzą - 100 g |
| | JAJKO, BIAŁKO MLEKA ,GLUTEN | GLUTEN ,BIAŁKO MLEKA | BIAŁKO MLEKA ,GLUTEN, JAJKO | BIAŁKO MLEKA ,GLUTEN ,JAJKO | RYBA, BIAŁKO MLEKA |
| DESER | Herbata z miodem imbirem i cytryną 200 g Banan - 100 g | Woda z cytryną - 200 g Arbuz - 100 g | Woda z cytryną i miętą - 200 g Brzoskwinia - 100 g | Woda z cytryną - 100 g Śliwki - 100 g | Woda z miętą i cytryną - 200 g Jabłko - 100 g |
| | | | | | |

Wartość kaloryczna posiłku zapewnia 30 – 35 % dziennego zapotrzebowania na energię i składniki odżywcze co stanowi () KCL

