

Od dnia 13 grudnia 2014r.obowiązuje rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 w sprawie przekazywania informacji na temat alergenów. Informujemy, że zgodnie z wykazem zostały wyszczególnione substancje alergizujące występujące w jadłospisie

W oparciu o dostępność produktów, wykonawca zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian w jadłospisie.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, vegeta, majeranek, papryka, curry, cukier waniliowy, cynamon.

[illegible]

Ser mozzarella klasyczna 30g Pomidor 20g Rukola 5g Schab wiejski ,Benedykta , Maryny 20g Dżem truskawkowy 20g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml	Makaron po włosku 150g (1) Serek topiony Hochland 25g(7) Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml	Jajko w sosie tatarskim 70g(3,7) Polędwica z piersi kurczaka 20g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml	Brokuły z jajkiem ,serem feta i pomidorem z sosem czosnkowym 120g (3,7) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 20g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml	Ryż z jabłkiem i z bitą śmietaną 150g Kiełbasa żywiecka 20g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml	Salata lodowa z sosem czosnkowym 120g (7) Polędwica sopocka 30g Ser żółty Salami 20g (7) Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml	
K: 2286,1 / B: 49,4 / T: 111,1/ NKT: 42,7 / WP: 215,8 F: 29,8 / SÓL: 4,3	K: 2204,2 / B: 71,3 / T: 89,9 / NKT: 32,1 / WP: 260,8 F: 28,8 / SÓL: 4,8	K: 2158,4 / B: 68,0 / T: 54.1 / NKT: 23,7 / WP: 268,6 F: 29,7 / SÓL: 3,9	K: 1986,3 / B: 63,0 / T: 64,1/ NKT: 20,0 / WP: 276,2 F: 27,6/ SÓL: 4,8	K: 2208,3 / B: 62,6 T: 68,9 / NKT: 21,5 / WP: 309,5 F: 30,2 / SÓL: 5.0	K: 2167,4 / B: 77,1 / T: 88,9 / NKT: 28,5 / WP: 230,5 F: 29,5 / SÓL: 7.0	

13.07.2026	14.07.2026	15.07.2026	16.07.2026	17.07.2026	18.07.2026	19.07.2026
ŚNIADANIE 08:30	ŚNIADANIE 08:30	ŚNIADANIE 08:30	ŚNIADANIE 08:30	ŚNIADANIE 08:30	ŚNIADANIE 08:30	ŚNIADANIE 08:30
Koniec turnusu	Płatki kukurydziane na mleku 250g (1,7) Pasta z jajek ze szczypiorkiem 50g (3) Polędwica z piersi kurczaka 20g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) Masło ekstra 15 g (7) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	Płatki kukurydziane na mleku 250g (1,7) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 50g Szynka wieprzowa gotowana 20g Sałata 5g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	Płatki kukurydziane na mleku 250g (1,7) Serek topiony Hochland 25g(7) Szynka parzona 20g Pomidor 20g Kiełki rzodkiewki Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	Płatki kukurydziane na mleku 250g (1,7) Jajko na twardo 50g (3) Szynka dębowa 20g Ogórek zielony 20g Rukola 5g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	Płatki kukurydziane na mleku 250g (1, 7) Serek Capressi 20g Kiełbasa żywiecka 20g Papryka czerwona 20g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	Jajecznicza klasyczna ze szczypiorkiem 100g (3) Kiełbasa krakowska, sucha Sałata 5g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) Napój mleczny kakaowy *gotowanie
DRUGIE ŚNIADANIE 10:30	DRUGIE ŚNIADANIE 10:30	DRUGIE ŚNIADANIE 10:30	DRUGIE ŚNIADANIE 10:30	DRUGIE ŚNIADANIE 10:30	DRUGIE ŚNIADANIE 10:30	DRUGIE ŚNIADANIE 10:30
	Nektarynka szt.	Banan ok. 120g	Kiwi szt.	Arbuz 150g	Pomarańcza ok. 200g	Galaretka owocowa z bitą śmietaną 7)

OBIAD 13:00	OBIAD 13:00	OBIAD 13:00	OBIAD 13:00	OBIAD 13:00	OBIAD 13:00	OBIAD 12:30
	Krupnik z kaszy jaglanej 300g (1,9) Kotlet drobiowy w płatkach kukurydzyanych 80g (1,3) Ziemniaki gotowane 230g Surówka z marchwi ,seler a i jabłka 120g (9)) Kompot wieloowocowy słodzony 250 ml *gotowanie *pieczenie	Zupa gulaszowa węgierska 300g Racuchy drożdżowe z jabłkiem i bitą śmietaną 300 g (1,3,7) Kompot wieloowocowy słodzony 250 ml *gotowanie *smażenie	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (7,9) Kotlet mielony z mięsa wieprzowego 80g (1,3) Ziemniaki gotowane 230g Mizeria 120g (7) Kompot wieloowocowy słodzony 250 ml *gotowanie *pieczenie	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300g(7,9) Ryba smażona 80g (1,3,4) Surówka z kiszzonej kapusty 120g Kompot wieloowocowy słodzony 250 ml *gotowanie *smażenie	Zupa jarzynowa 300g (9,7) Spaghetti z sosem bolońskim 300g (1) Kompot wieloowocowy słodzony 250 ml *gotowanie *duszenie	Rosolnik z zacierką 300 g (9,1) Bitki schabowe z sosem 100g (1) Ziemniaki gotowane 230g Surówka z buraczków 130g Kompot wieloowocowy słodzony 250 ml *gotowanie *duszenie
PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00
	Herbatniki 50g (1)	Sok Kubuś 300ml	Bułka drożdżowa z serem 50g (1)	Jogurt owocowy 100g (7)	Ciastka kruche 40g (1,8)	Wafelek Grzesiek 36g (1,8)
KOLACJA 18:30	KOLACJA 18:30	KOLACJA 18:30	KOLACJA 18:30	KOLACJA 18:30	KOLACJA 18:30	KOLACJA 18:30
	Parówki 100g Ser żółty Salami 20g (7) Ogórek zielony 20g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml	Salatka wiosenna z jajkiem 150g (7,3) Polędwica sopocka 30g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml	Paszтет pieczony 20g Kabanos 20g Ser topiony plaster Gouda 20g (7) Ogórek kwaszony 20g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml	Ser mozzarella klasyczna 20g Pomidor 20g Rukola 5g Schab wiejski ,Benedykta, Maryny 20g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml	Pasta z tuńczyka 50g (4,3) Ser żółty z czarnuszką 20g (7) Pomidor 20g Masło ekstra 15 Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml	Salatka jarzynowa 150g (3,7,9) Szynka wieprzowa gotowana 20g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml
	K: 2243,7/ B: 75,0 / T: 87,7 / NKT: 34,4 / WP: 278,4 F: 28,8 / SÓL: 6.5	K: 2233,3 / B: 64,6/ T: 72,0 / NKT: 25,7 /WP: 291,4 F: 29,9 / SÓL: 4,2	K: 2066.0 / B: 73.2 / T: 81,1 / NKT: 25,0 / WP: 248,9 F: 30,9 / SÓL: 5,1	K: 1739,9 / B: 65,4 / T: 67.3 / NKT: 21,6 / WP: 192,5 F: 22,9 / SÓL: 4.1	K: 2218,0 / B: 71.9 / T: 79,3 / NKT: 22,9 / WP: 261,0 F: 30,8 / SÓL: 5.5	K: 1861 / B: 76,0/ T: 59,8 / NKT: 20,7/ WP: 226,8 F: 30,4 / SÓL: 5,1

K [kcal] – wartość kaloryczna, **B [g]** – białko, **T [g]** – tłuszcze, **NKT[g]** - kwasy tłuszczowe nasycone **WP [g]** – węglowodany, **F [g]** – błonnik, **Sól [g]**

*Forma obróbki cieplnej

Alergeny:

[1] - Zboża zawierające gluten pszenney

[2] – Skorupiaki i produkty pochodne

- [3] – Jaja i produkty pochodne
- [4] – Ryby i produkty pochodne
- [5] – Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne
- [6] – Soja i produkty pochodne
- [7] – Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
- [8] – Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały
- [9] – Seler i produkty pochodne
- [10] – Gorczyca i produkty pochodne
- [11] – Nasiona sezamu i produkty pochodne
- [12] – Dwutlenek siarki i siarczyny
- [13] – Łubin i produkty pochodne
- [14] – Mięczaki i produkty pochodne
- [15] – Mleko i pochodne bez laktozy
- [16] – Zboża zawierające gluten żytni
- [17] – Zboża zawierające gluten owsiany
- [18] – Zboża zawierające gluten jęczmienny