

JADŁOSPIS

DATA:16.06.2025-20.06.2025

	Kaloryczność	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD		PODWIECZOREK
Poniedziałek	Energia (kcal): 1146 Białko: 37.07 g Tłuszcz: 38.97 g Węglowodany ogółem: 159.74 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło, ser Gouda 7, szynka z majerankiem 1,3,5,6,7,8,9,10 ogórek małosolny wyrób własny, herbata z melisy z cytryną bez cukru	Owoc sezonowy	Zupa amsterdamska z porem na wywarze mięsnym 7,9	Makaron Farfalle z sosem carbonara z brokułami 1,3,7, woda niegazowana	Banan, krążki ryżowe
		B/glut.: chleb bezglutenowy, szynka bez majeranku B/mlecz.: margaryna roślinna, ser wegański 8, szynka bez majeranku		B/glut.: B/mlecz.: zupa amsterdamska z roślinną śmietanką i roślinnym serem *,9	B/glut.: makaron b/glutenowy z sosem carbonara z brokułami 3,7 B/mlecz.: makaron Farfalle z wegańskim sosem carbonara z brokułami 1, *	B/glut.: B/mlecz.:
Wtorek	Energia (kcal): 988 Białko: 36.59 g Tłuszcz: 32.72 g Węglowodany ogółem: 132.64 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, polędwica sopocka, serek grani z koperkiem 7, kalarepa, herbata żurawinowa bez cukru	Owoc sezonowy	Barszczyk czerwony z makaronem na wywarze warzywnym 1,9	Sznycle z kurczaka tradycyjne 1,3, ziemniaki z olejem lnianym, surówka z białej kapusty z kukurydzą, woda niegazowana	Muffinki z owocem - wyrób własny 1,3,7
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: margaryna roślinna, serek wegański 8		B/glut.: barszczyk czerwony z makaronem bezglutenowym 9 B/mlecz.:	B/glut.: sznycle z kurczaka 3 B/mlecz.: sznycle z kurczaka 1, *	B/glut.: ciastko bezglutenowe z owocem 3,7 B/mlecz.: ciastko z owocem (z margaryną roślinną, siemieniem lnianym, napojem roślinnym) 1, *
Środa	Energia (kcal): 1145 Białko: 38.2 g Tłuszcz: 46.77 g Węglowodany ogółem: 140.64 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, parówki z szynki 90% 9,10, ketchup 9,10, ser Cheddar 7, mix sałat, rzodkiewka, herbata z dziką różą bez cukru	Owoc sezonowy	Zupa kalafiorowa z ziemniakami na wywarze warzywnym 9	Leczo z cukinią, papryką, marchewką i mięskiem wieprzowym, kasza gryczana z olejem ziołowym, woda niegazowana	Koktajl bananowo malinowy z płatkami jaglanymi 7, chrupki kukurydziane
		B/glut.: chleb bezglutenowy B/mlecz.: margaryna roślinna, ser wegański 8		B/glut.: B/mlecz.:	B/glut.: B/mlecz.:	B/glut.: B/mlecz.: koktajl na napoju roślinnym*

CZWARTEK: BOŻE CIAŁO

Piątek

Żłobek i Przedszkole nieczynne

Liczbą oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. Zastrzega się możliwość wprowadzenia zmian do jadłospisu *Wykorzystywane napoje roślinne: kokosowe 8 / owsiane 1 / sojowe 6 / jaglane; jogurty roślinne: sojowy 6/ kokosowy 8; śmietanka roślinna: sojowa 6 / ryżowa / kokosowa 8



Symfonia smaków catering – www.symfonia-smakow.pl