

JADŁOSPIS			DATA: 01.12.2025 – 05.12.2025			
	Kaloryczność	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD		PODWIECZOREK
Poniedziałek	Energia (kcal): 1077 Białko: 27.86 g Tłuszcz: 37.89 g Węglowodany ogółem: 152.96 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, ser Bieluch z ziołami 7, szynka gotowana, pomidor, herbata owoce leśne bez cukru	Owoc sezonowy	Krem z dyni z ziemniakami na wywarze warzywnym 9	Kopytka z okrasą z cebulką 1,3, kapusta kiszona gotowana, woda niegazowana	Domowe ciasteczka kruche z mąki pełnoziarnistej 1,3,7, jabłko
		B/glut: chleb bezglutenowy B/mlecz: margaryna roślinna, ser wegański 8		B/glut: - B/mlecz:	B/glut: kopytka bezglutenowe 3 B/mlecz:	B/glut: ciasteczka kruche b/glutenowe 3,7 B/mlecz: ciasteczka z margaryną roślinną 1,3
Wtorek	Energia (kcal): 1056 Białko: 46.41 g Tłuszcz: 33.79 g Węglowodany ogółem: 138.64 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło7, pasztet drobiowy – wyr. wł. 1,3,9 ser Gouda 7, ogórek kiszony, herbata z lipy bez cukru	Owoc sezonowy	Rosół z zacierką i natką pietruszki na wywarze warzywnym 1,3,9	Strogonow ze schabu z warzywami 9, kasza pęczak na sypko 1, ogórek kiszony, woda niegazowana	Koktajl brzoskwiniowo-wiśniowy z dodatkiem kakao 1,6,7, chrupki kukurydziane
		B/glut: chleb bezglutenowy, pasztet bezglutenowy 3 B/mlecz: margaryna roślinna, ser wegański 8		B/glut: rosół zacierką b/glutenową 3,9 B/mlecz:	B/glut: kasza gryczana na sypko B/mlecz: -	B/glut: koktajl z kakao bezglutenowym 6,7 B/mlecz: na bazie napoju roślinnego*1,6
Środa	Energia (kcal): 1153 Białko: 40.07 g Tłuszcz: 36.33 g Węglowodany ogółem: 161.33 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, jajko gotowane na twardo 3, majonez 3,9,10, wędlina drobiowa, szczypiorek, pomidor, herbata żurawinowa bez cukru	Owoc sezonowy	Zupa pomidorowa z ryżem, mlekiem I świeżym lubczykiem na wywarze warzywnym 7,9	Fileciki drobiowe w panierce 1,3, ziemniaki z wody, surówka z białej kapusty z kukurydzą i marchewką woda niegazowana	Banan, andruty 1
		B/glut: chleb bezglutenowy B/mlecz: margaryna roślinna		B/glut: B/mlecz: zupa z napojem roślinnym*,9	B/glut: fileciki drobiowe w panierce bezglutenowej 3 B/mlecz:	B/glut: andruty /glutenowe B/mlecz: -
Czwartek	Energia (kcal): 1191 Białko: 39.82 g Tłuszcz: 38.5 g Węglowodany ogółem: 168.77 g	Kakao na mleku 2 % tłuszczu 1,6,7 Pieczywo żytnie 1, masło 7, dżem niskosłodzony wiśniowy 100%, szynka drobiowa, herbata owocowa bez cukru	Owoc sezonowy	Zupa jarzynowa z ziemniakami i śmietaną na wywarze warzywnym 7,9	Kurczak w sosie bazyliowo-śmietanowym z zielonym groszkiem 7, makaron Penne 1, woda niegazowana	Smoothie marchewkowo-truskawkowe, chlebek wasa 1
		B/glut: chleb bezglutenowy, kakao bezglutenowe 6,7 B/mlecz: margaryna roślinna, kakao na napoju roślinnym 1,6, *		B/glut: B/mlecz: zupa ze śmietaną roślinną *,9	B/glut: makaron bezglutenowy B/mlecz: sos ze śmietaną roślinną *	B/glut: chlebek bezglutenowy B/mlecz
Piątek	Energia (kcal): 1119 Białko: 38.39 g Tłuszcz: 35.35 g Węglowodany ogółem: 157.92 g	Chleb żytni, baltonowski, graham 1, masło 7, paprykarz szczeciński - wyrób własny 3,4,9,10 kielbasa żywiecka 9,10, herbata z melisy z cytryną bez cukru	Owoc sezonowy	Domowy żurek z ziemniakami i jajkiem na wywarze mięsnym 1,3,9	Ryż na mleku z musem truskawkowym oraz z jogurtem 1, woda niegazowana	Chałka pszenna 1,3,7, ogórek zielony, jabłko
		B/glut: chleb bezglutenowy B/mlecz: margaryna roślinna		B/glut: żurek za zakwasie b/glutenowym 3,9 B/mlecz:	B/glut: - B/mlecz: ryż na bazie napoju roślinnego z jogurtem roślinnym*	B/glut: chałka b/glutenowa 3,7 B/mlecz: chałka na bazie napoju roślinnego* z margaryną roślinną 1,3
Liczba oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011; Zastrzega się możliwość wprowadzenia zmian do jadłospisu. Wykorzystywany makaron w jadłospisach jest bez jaj. *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