

# JADŁOSPIS WRAZ Z WYKAZEM SKŁADNIKÓW POTRAW

| POSIŁEK   | PONIEDZIAŁEK<br>13.01.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | WTOREK<br>14.01.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ŚRODA<br>15.01.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | CZWARTEK<br>16.01.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | PIĄTEK<br>17.01.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ŚNIADANIE | <p><b>Chleb Baltonowski*1(50g)</b><br/>- Mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże.</p> <p><b>Chleb orkiszowy*1(50g)</b><br/>- Mąka pełnoziarnista <u>orkiszowa</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, słonecznik, woda, drożdże, sól</p> <p><b>Masło*7(10g) tłuszcz mleczny 82%</b></p> <p><b>Szynka wieprzowa*6(20g)</b><br/>- mięso wieprzowe z szynki, woda, glukoza, sól, stabilizatory: trifosforany<br/>Przeciwutleniacz: askorbinian sodu, Substancja konserwująca: azotan sodu</p> <p><b>Twarożek Almette*7(20g)</b><br/><u>ser twarogowy</u>, odtłuszczone <u>mleko</u> w proszku, sól, regulator kwasowości, kwas cytrynowy</p> <p><b>Ogórek, papryka, pomidor(60g)</b></p> <p><b>Kawa Inka*1,7(200g)</b><br/>- rozpuszczalna kawa zbożowa( zboża: <u>jęczmień</u>,</p> | <p><b>Chleb Baltonowski*1(50g)</b><br/>- Mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże.</p> <p><b>Chleb orkiszowy*1(50g)</b><br/>- Mąka pełnoziarnista <u>orkiszowa</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, słonecznik, woda, drożdże, sól</p> <p><b>Masło*7(10g) tłuszcz mleczny 82%</b></p> <p><b>Jajko na twardo*3(50g)</b></p> <p><b>Ser żółty*7(20g)</b><br/>- <u>mleko</u>, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia</p> <p><b>Ogórek, papryka, rzodkiewka(60g)</b></p> <p><b>Kakao*7(200g)</b><br/>- mleko, cukier, kakao o obniżonej zawartości tłuszczu, glukoza, emulgator: lecytyna, sól. Aromat, wit E, wit C, ryboflawina, wit B6, niacyna, wit B12</p> <p><b>Herbata owocowa(200g)</b><br/>- kwiat hibiskusa, owoc aronii, owoc dzikiej róży, owoc maliny, owoc bzu</p> | <p><b>Chleb Baltonowski*1(50g)</b><br/>- Mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże.</p> <p><b>Chleb orkiszowy*1(50g)</b><br/>- Mąka pełnoziarnista <u>orkiszowa</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, słonecznik, woda, drożdże, sól</p> <p><b>Masło*7(10g) tłuszcz mleczny 82%</b></p> <p><b>Polędwica Sopotcka*6(20g)</b><br/>- mięso wieprzowe z szynki, woda, glukoza, sól, stabilizatory: trifosforany<br/>Przeciwutleniacz: askorbinian sodu, Substancja konserwująca: azotan sodu</p> <p><b>Twarożek Mój ulubiony*7(20g)</b><br/>serek śmietankowy, białka <u>mleka</u>, sól</p> <p><b>Ogórek, papryka, pomidor(60g)</b></p> <p><b>Kawa Inka*1,7(200g)</b><br/>- rozpuszczalna kawa</p> | <p><b>Chleb Baltonowski*1(50g)</b><br/>- Mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże.</p> <p><b>Chleb orkiszowy*1(50g)</b><br/>- Mąka pełnoziarnista <u>orkiszowa</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, słonecznik, woda, drożdże, sól</p> <p><b>Masło*7(10g) tłuszcz mleczny 82%</b></p> <p><b>Szynka drobiowa*6,9,10(20g)</b><br/>–mięso z indyka, woda, sól, błonnik<br/><u>pszenny</u>bezglutenowy, stabilizatory: E326, E261, E451; glukoza, substancja zagęszczająca E407, przeciwutleniacz E316, aromat, substancja konserwująca E250. Produkt może zawierać <u>gorczycę</u>, <u>seler</u>, <u>soję</u>.</p> <p><b>Twarożek ze szczypiorkiem*7(20g)</b><br/>- <u>twaróg półtłusty( mleko</u> pasteryzowane, kultury bakterii <u>mlekowych</u>), <u>śmietana</u> 12%(<u>śmietankapasteryzowa</u> na, żywe kultury bakterii <u>mlekowych</u>),szczypiorek.</p> | <p><b>Chleb Baltonowski*1(50g)</b><br/>- Mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże.</p> <p><b>Chleb orkiszowy*1(50g)</b><br/>- Mąka pełnoziarnista <u>orkiszowa</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, słonecznik, woda, drożdże, sól</p> <p><b>Masło*7(10g) tłuszcz mleczny 82%</b></p> <p><b>Kabanosy drobiowe*6,7,8,9,10(20g)</b><br/>- mięso z kurczaka, mięso z indyka, mięso wieprzowe, tłuszcz wieprzowy, sól,przyprawyEkstrakty przypraw, aromaty, cukier, przeciwutleniacz:askorbinianSo du, substancja konserwująca: azotan sodu.Osłonka jadalna-jelito baranie. Produkt może zawierać <u>soję</u>, <u>mleko</u>, <u>orzechy</u>, <u>seler</u>, <u>gorczycę</u></p> <p><b>Ser żółty*7(20g)</b><br/>- <u>mleko</u>, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia</p> <p><b>Ogórek, papryka, pomidor(60g)</b></p> <p><b>Kakao*7(200g)</b><br/>- mleko, cukier, kakao o obniżonej zawartości tłuszczu, glukoza, emulgator: lecytyna, sól. Aromat,</p> |

|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              | <p><u>żyto</u>), cykoria, burak cukrowy – prażony, cukier, karmel, aromat, <u>mleko</u></p> <p><b>Herbata owocowa(200g)</b></p> <p>- kwiat hibiskusa, owoc aronii, owoc dzikiej róży, owoc maliny, owoc bzu czarnego, owoc porzeczki czarnej, owoc głogu, liść jeżyny, aromaty, owoc jagody, korzeń lukrecji, owoc jeżyny, woda, cukier</p>                                                                                                                                                                                                                                   | <p>czarnego, owoc porzeczki czarnej, owoc głogu, liść jeżyny, aromaty, owoc jagody, korzeń lukrecji, owoc jeżyny, woda, cukier</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <p>zbożowa( zboża: <u>jęczmień, żyto</u>), cykoria, burak cukrowy – prażony, cukier, karmel, aromat, <u>mleko</u></p> <p><b>Herbata owocowa(200g)</b></p> <p>- kwiat hibiskusa, owoc aronii, owoc dzikiej róży, owoc maliny, owoc bzu czarnego, owoc porzeczki czarnej, owoc głogu, liść jeżyny, aromaty, owoc jagody, korzeń lukrecji, owoc jeżyny, woda, cukier</p>                                                                                       | <p><b>Ogórek, papryka, rzodkiewka(60g)</b></p> <p><b>Kawa Inka*1,7(200g)</b></p> <p>- rozpuszczalna kawa zbożowa( zboża: <u>jęczmień, żyto</u>), cykoria, burak cukrowy – prażony, cukier, karmel, aromat, <u>mleko</u></p> <p><b>Herbata owocowa(200g)</b></p> <p>- kwiat hibiskusa, owoc aronii, owoc dzikiej róży, owoc maliny, owoc bzu czarnego, owoc porzeczki czarnej, owoc głogu, liść jeżyny, aromaty, owoc jagody, korzeń lukrecji, owoc jeżyny, woda, cukier</p>                                           | <p>wit E, wit C, ryboflawina, wit B6, niacyna, wit B12</p> <p><b>Herbata owocowa(200g)</b></p> <p>- kwiat hibiskusa, owoc aronii, owoc dzikiej róży, owoc maliny, owoc bzu czarnego, owoc porzeczki czarnej, owoc głogu, liść jeżyny, aromaty, owoc jagody, korzeń lukrecji, owoc jeżyny, woda, cukier</p>                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>OBIAD</b> | <p><b>Zupa jarzynowa*7,9(250g)</b></p> <p>–<u>masło</u>, woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por, brukselka, fasolka szparagowa, kalafior, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, natka pietruszki, koper, lubczyk.</p> <p><b>Łazanki*1,3,6(200g)</b></p> <p>– kiełbasa śląska drobiowa(mięso z kurczaka, mięso wieprzowe, tłuszcz wieprzowy, sól, cukier, przyprawy naturalne, substancja zagęszczająca:karagen, substancja konserwująca azotan sodu, ), makaron( <u>mąka z pszenicy durum, jajka</u>), kapusta kiszona( kapusta biała, woda, sól,</p> | <p><b>Zupa ryżowa*1,9(250g)</b></p> <p>- porcje rosółowe z kurczaka, woda, marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por, <u>ryż</u>, sól, pieprz, natka pietruszki, lubczyk.</p> <p><b>Paluszki rybne*1,3,4,10(65g)</b></p> <p>– <u>filet z mintaja</u>, <u>mąka pszenna</u>, olej rzepakowy, <u>skrobia pszenna</u> <u>modyfikowana</u>, sól, papryka mielona, kurkuma, śladowe ilości <u>mięczaków, gorczycy, i jaj</u></p> <p><b>Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki(100g)</b></p> <p>– kapusta pekińska, marchew, kukurydza konserwowa(</p> | <p><b>Zupa ogórkowa*7,9(250g)</b></p> <p>– porcja rosółowa z kurczaka, woda, ogórki kiszane, marchew, pietruszka, <u>seler</u> por, <u>śmietana</u> 12%, ziemniaki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, natka pietruszki, koper, lubczyk</p> <p><b>Filet z kurczaka w warzywach*7(170g)</b></p> <p>- filet z kurczaka, marchewka, groszek, <u>śmietana</u> 12%,sól, pieprz, papryka słodka mielona, czosnek granulowany.</p> <p><b>Makaron</b></p> | <p><b>Rosół z kaszą jaglaną*1,9(250g)</b></p> <p>- porcje rosółowe z kurczaka, woda, marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por, <u>kasza jaglana</u>, sól, pieprz, natka pietruszki, lubczyk</p> <p><b>Gulasz wieprzowy*1(100g)</b></p> <p>– mięso szynka wieprzowa b/k, woda, <u>mąka pszenna</u>, cebula, sól, pieprz, czosnek, papryka słodka mielona, olej rzepakowy.</p> <p><b>Surówka z kapusty kiszonej(100g)</b></p> <p>– kapusta kiszona, marchew, cebula, olej rzepakowy, pieprz cukier, natka pietruszki.</p> | <p><b>Zupa fasolowa z kiełbasą*6,9(250g0)</b></p> <p>- kości wędzone wieprzowe, woda, fasola Jaś nasiona suche, marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por, ziemniaki, czosnek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól, natka pietruszki, majeranek, lubczyk, kiełbasa śląska drobiowa (mięso z kurczaka, mięso wieprzowe, tłuszcz wieprzowy, sól, cukier, przyprawy naturalne, substancja zagęszczająca:karagen, substancja konserwująca azotan sodu, )</p> <p><b>Ryż z jabłkami*1,7(200g)</b></p> <p>– <u>ryż</u>, jabłko, cukier, cukier waniliowy, cynamon, <u>masło</u></p> |

|                     |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     | <p>marchewka), olej rzepakowy, sól, pieprz, kminek, papryka słodka mielona, cebula.</p> <p><b>Kompot wieloowocowy(100g)</b></p> <p>- mieszanka owoców mrożonych( śliwka, jabłko, truskawka, aronia, porzeczka czerwona), woda, cukier</p> | <p>kukurydza, woda, sól ), olej rzepakowy, sól, pieprz, natka pietruszki</p> <p><b>Ziemniaki(100g)</b></p> <p><b>Kompot z truskawek(200g)</b></p> <p>- truskawki mrożone, woda, cukier</p> | <p><b>pełnoziarnisty*1(100g)</b></p> <p>semolina – mąka razowa z <u>pszenicydurum</u>. Może zawierać <u>jaja</u>, <u>soję</u>, <u>gorczycę</u>, <u>łubin</u></p> <p><b>Kompot z wiśni(200g)</b></p> <p>- owoce wiśni, woda, cukier</p>        | <p><b>Ziemniaki(100g)</b></p> <p><b>Kompot z truskawek(200g)</b></p> <p>- truskawki mrożone, woda, cukier</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <p><b>Kompot wieloowocowy(100g)</b></p> <p>- mieszanka owoców mrożonych( śliwka, jabłko, truskawka, aronia, porzeczka czerwona), woda, cukier.</p> |
| <b>PODWIECZOREK</b> | <p><b>Sok owocowy Kubuś 100%(300g)</b></p> <p>sok jabłkowy z zagęszczonego soku, przecier z marchwi i bananów, witamina C</p>                                                                                                             | <p><b>Pomarańcza (150g)</b></p>                                                                                                                                                            | <p><b>Jogurt owocowy bez cukru*7(150g)</b></p> <p>- owoce ( czereśnia i wiśnia, jabłka i gruszki, truskawki, brzoskwinia i mango), <u>jogurt</u>, inulina, koncentrat z soku z buraków czerwonych, aromaty.</p> <p><b>Marchewka(100g)</b></p> | <p><b>Ciastka owsiane*1,3,7,8,9,11(16g)</b></p> <p>- zboża( mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>pełnoziarnista</u>, grys <u>owsiany</u>, płatki <u>owsiane</u>, mąka <u>jęczmienna</u> pełnoziarnista, mąka <u>żytnia</u> pełnoziarnista, mąka <u>orkiszowa</u> pełnoziarnista), cukier, olej rzepakowy, polidekstroza, węglan sodu, węglan amonu, difosforany, węglan wapnia, węglan magnezu, żelazo elementarne, pełne <u>mleko</u> w proszku, lecytyny <u>sojowe</u>, sól, odtłuszczone <u>mleko</u> w proszku. Może zawierać <u>jajka</u>, <u>orzechy</u>, <u>sezam</u>.</p> <p><b>Ogórek(100g)</b></p> | <p><b>Mus warzywny(150g)</b></p> <p>- przecier z jabłek, gruszki, dyni, białej marchwi, pasternaka, i bananów. Zagęszczony sok jabłkowy</p>        |

JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM, \*- OZNACZENIE ALERGENU