

JADŁOSPIS

20.01.2020 r. – 24.01.2020 r.

	ŚNIADANIE
PONIEDZIAŁEK 20.01.2020	Bułka kajzerka (1, *) – 60g z masłem (7) – 10g, polędwica sopocka (*) – 20g, pomidor – 20 g, herbata czarna, cukier – 200ml - 274kcal
WTOREK 21.01.2020	Bułka kajzerka (1, *) – 60g, pasztet Herbowski (1, 3, *) – 20g ogórek kiszony – 20g, herbata czarna, cukier – 200ml - 210 kcal
ŚRODA 22.01.2020	Bułka z ziarnem(1, 11 *) – 60g masło (7) – 10g, ser żółty (7) – 30g, mandarynka 65g, herbata czarna, cukier – 200ml – 303 kcal
CZWARTEK 23.01.2020	Bułka kajzerka (1, *) – 60g masło (7) – 10g, pieczona pierś z indyka (*) – 25g, ogórek zielony - 20g, herbata czarna, cukier 200ml – 275 kcal
PIĄTEK 24.01.2020	Bułka kajzerka (1) – 60g z masłem (7) – 10g, dżem z owoców bez cukru – 10g herbata czarna, cukier – 200ml - 264 kcal

(*) Zgodnie z informacją producentów, produkty oznaczone (*) i przyprawy używane do przygotowania posiłków : pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, zioła prowansalskie, papryka słodka, kminek, pieprz ziołowy, curry, mogą zawierać śladowe ilości : **glutenu, jaj, soi, selera, gorczycy, mleka, sezamu, łubinu**. Liczby **1-14** to oznaczenia alergenów. Legenda poniżej

JADŁOSPIS

13.01.2020 r. – 17.01.2020 r.

	ŚNIADANIE
PONIEDZIAŁEK 13.01.2020	Bulka kajzerka(1*) – 60g masło (7) – 10g, ser żółty (7) – 15g, pomidor 20g, herbata czarna,cukier– 200ml– 304 kcal
WTOREK 14.01.2020	Bulka grahamka (1*) – 90g masło (7) -10g, pieczona pierś z indyka (*) – 25g, ogórek zielony - 20g, herbata czarna ,cukier200ml– 342 kcal
ŚRODA 15.01.2020	Bulka kajzerka(1, *) – 60g, masło (7) – 10g, szynka gotowana (*) – 20 g, ogórek kiszony – 15g, herbata czarna,cukier 200ml– 271 kcal
CZWARTEK 16.01.2020	Bulka długa (1, *) – 90g, parówka z szynki na gorąco (*) – 50g, ketchup „Pudliszki”10g, herbata czarna,cukier– 200ml) - 443 kcal
PIĄTEK 17.01.2020	Drożdżówka (1, 3, 7*) – 100g herbata czarna,cukier 200ml 296 kcal

(*) Zgodnie z informacją producentów, produkty oznaczone (*) i przyprawy używane do przygotowania posiłków : pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, zioła prowansalskie, papryka słodka, kminek, pieprz ziołowy, curry, mogą zawierać śladowe ilości : **glutenu, jaj, soi, selera, gorczycy, mleka, sezamu, łubinu**. Liczby 1-14 to oznaczenia alergenów. Legenda poniżej