

JADŁOSPIS
19.02.2023–23.02.2024



| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | PODWIECZOREK |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 19.02. 2024 PONI EDZIA ŁEK | <p style="text-align: center;">Kanapki: Obwarzanek (50g), parówka (2 szt.), sos pomidorowy , pomidor (30g), <u>masło 82%</u> (5g)</p> <p style="text-align: center;">Herbata wieloowocowa (200ml)</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: Zboża zawierające gluten, soja, mleko</p> | <p style="text-align: center;">Zupa krupnik (250ml): porcja rosółowa z kaczki i indyka, marchew, pietruszką, por, ziemniaki, koperek, przyprawy, <u>śmietana 30%</u>, <u>kasza</u> <u>jęczmienna</u> (15g);</p> <p style="text-align: center;">Kurczak w sosie szpinakowo-śmietankowym (160g): kurczak (80g), sos: <u>śmietana 18%</u>, olej rzepakowy, cebula, szpinak, makaron penne (80g)</p> <p style="text-align: center;">Kompot jabłkowy (150ml)</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: Zboża zawierające gluten, mleko</p> | <p>Gruszka konferencja (1 szt.)</p> |
| | <p>Energia: 301,1 kcal Białko: 9,9 g Tłuszcz: 8,9 g Węglowodany: 25,8 g</p> | <p>Energia: 610 kcal Białko: 20,1 g Tłuszcz: 15,4 g Węglowodany: 57,6 g</p> | <p>Energia: 75 kcal Białko: 0,8 g Tłuszcz: 0,3 g Węglowodany: 16 g</p> |
| 20.02. 2024 WTO REK | <p style="text-align: center;">Kanapki: Chleb wiejski (50g), schab wieprzowy (20 g), <u>jajo (1 szt.)</u>, ogórek zielony (30 g), <u>masło 82%</u> (5g)</p> <p style="text-align: center;">Herbata wieloowocowa (200ml)</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: Zboża zawierające gluten, soja, mleko</p> | <p style="text-align: center;">Zupa zacierkowa (250ml): porcja rosółowa z kaczki i indyka, marchew, pietruszką, por, ziemniaki, przyprawy, <u>śmietana 30%</u>, <u>makaron zacierkowy</u> <u>(40g)</u>, <u>chleb mieszany</u> (15g);</p> <p style="text-align: center;">Gołąbki leniwe (150g): mięso indycze, ryż, kapusta, przyprawy; ziemniaki (60g); ziemniaki, masło (2g); sos pomidorowy: przecier pomidorowy, przyprawy</p> <p style="text-align: center;">Kompot wieloowocowy (150ml)</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: Zboża zawierające gluten, mleko</p> | <p>Jogurt bananowy (150 g), Ciastko BelVita (1szt): <u>mąka pszenna</u>, <u>Muesli</u>, rodzyнки, suszone kawałki owoców</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: Zboża zawierające gluten, mleko</p> |

McMalec Dorota Pokarowska-Malec

ul. Kustronia 2, 20-241 Lublin

tel. 600 256 900, 609 250 886, e-mail: mcmalec1@gmail.com

NIP: 918-153-86-23 REGON: 951089038

JADŁOSPIS
19.02.2023–23.02.2024



| | | |
|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| Energia: 288 kcal Białko: 21,2 g Tłuszcz: 9,1 g Węglowodany: 35,2 g | Energia: 590 kcal Białko: 25,5 g Tłuszcz: 16,1 g Węglowodany: 59 g | Energia: 210 kcal Białko: 4,9 g Tłuszcz: 5,2 g Węglowodany: 30,5 g |
|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|

Produkty powodujące alergię lub nietolerancję pokarmową zostały wypisane na podstawie: Załącznik II Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności

| | | | |
|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 21.02. 2024 ŚROD A | Kanapki: Bułka siedlecka (50g) , zupa mleczna: <u>mleko</u> , płatki owsiane, jabłko, <u>twarożek z rzodkiewką (30g)</u> , sałata (10g), <u>masło 82% (5g)</u> Herbata owocowa (200ml) Alergeny: Zboża zawierające gluten, soja, mleko | Zupa koperkowa (250ml): porcja rosołowa z kaczki i indyka, marchew, pietruszka, koperek, ziemniaki, przyprawy, <u>śmietana 30%</u> ; <u>pieczywo mieszane (15g)</u> ; Mielony (90g): mięso z szynki wieprzowej, cebula, olej rzepakowy, <u>bułka tarta</u> , <u>jajko</u> , przyprawy z ziemniakami (100g): ziemniaki, koperek, masło klarowane, Surówka z kapusty pekińskiej (60g): kapusta pekińska, ogórek, papryka, kukurydza, pomidor, olej roślinny Kompot wieloowocowy (150ml) Alergeny: Zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja | Kanapka: chleb żytni (25g) , kurczak gotowany (20g), papryka (30g), <u>masło 82% (2,5g)</u> Alergeny: Zboża zawierające gluten |
| | Energia: 301 kcal Białko: 11,9 g Tłuszcz: 10,9 g Węglowodany: 37,1 g | Energia: 612,9 kcal Białko: 19,1 g Tłuszcz: 14,5 g Węglowodany: 62 g | Energia: 210 kcal Białko: 4,1 g Tłuszcz: 3,9 g Węglowodany: 28 g |

McMalec Dorota Pokarowska-Malec

ul. Kustronia 2, 20-241 Lublin

tel. 600 256 900, 609 250 886, e-mail: mcmalec1@gmail.com

NIP: 918-153-86-23 REGON: 951089038

JADŁOSPIS
19.02.2023–23.02.2024



| | | | |
|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 22.02. 2024C ZWAR TEK | <p>Chleb słoneczny (50g), pasta szynkowo-jajeczna (30g): szynka, <u>jajo</u>, olej roślinny, przyprawy, ogórek (30g), miód (5g), <u>masło 82%</u> (5g)</p> <p>Herbata owocowa (200ml)</p> <p>Alergeny: Zboża zawierające gluten, soja, mleko</p> | <p>Zupa ogórkowa (250ml): porcja rosółowa z kaczki i indyka, marchew, pietruszka, por, ziemniaki, ogórki kiszzone, przyprawy, <u>śmietana 30%</u>, <u>pieczywo mieszane (15g)</u>;</p> <p>Leniwe z masłem klarowanym (200g): <u>twaróg</u>, <u>jajko</u>, <u>mąka pszenna</u>, olej, przyprawy, <u>masło klarowane</u>, <u>bułka tarta</u>, colesław (80g): kapusta biała, cebula, marchewka, <u>majonez/jogurt naturalny</u>, przyprawy</p> <p>Kompot wieloowocowy (150ml)</p> <p>Alergeny: Zboża zawierające gluten, soja, mleko</p> | <p>Babka: <u>jajka</u>, <u>masło</u>, olej roślinny, cukier, sok z cytryny, <u>mąka pszenna</u>, <u>proszek do pieczenia</u></p> <p>Alergeny: Zboża zawierające gluten, jaja</p> |
| | <p>Energia: 299 kcal Białko: 9,9 g Tłuszcz: 7,1 g Węglowodany: 36 g</p> | <p>Energia: 612,9 kcal Białko: 20 g Tłuszcz: 14,6 g Węglowodany: 64 g</p> | <p>Energia: 311 kcal Białko: 3,1 g Tłuszcz: 11,9 g Węglowodany: 30,2 g</p> |

Produkty powodujące alergię lub nietolerancję pokarmową zostały wypisane na podstawie: Załącznik II Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności

McMalec Dorota Pokarowska-Malec

ul. Kustronia 2, 20-241 Lublin

tel. 600 256 900, 609 250 886, e-mail: mcmalec1@gmail.com

NIP: 918-153-86-23 REGON: 951089038

JADŁOSPIS
19.02.2023–23.02.2024



| | | | |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 23.02. 2024 PIĄTEK | <p>Chleb sitkowy (50g), schab (20g), sałatka (30g): <u>makaron</u>, <u>tuńczyk</u>, ananas, kukurydza, <u>majonez</u>, <u>masło 82%</u> (5g)</p> <p>Herbata wieloowocowa (200ml)</p> <p>Alergeny: Zboża zawierające gluten, soja, mleko</p> | <p>Zupa jarzynowa (250ml) porcja rosółowa z kaczki i indyka, bulion warzywny, marchewka, ziemniaki, pietruszka, por, fasolka szparagowa, cukinia, <u>śmietana 30%</u>; <u>pieczywo mieszane</u> (15g)</p> <p>Ryż z jabłkami (250g): <u>jabłka prażone</u>: jabłka, <u>masło klarowane</u>, cynamon; <u>sos jogurtowy</u>: twaróg naturalny, jogurt naturalny, cukier, <u>śmietana 18%</u> (30g); ryż (80g)</p> <p>Kompot wieloowocowy (150ml)</p> <p>Alergeny: Zboża zawierające gluten, soja, mleko</p> | <p>Pomarańcza (1 szt.)</p> |
| | <p>Energia: 300 kcal Białko: 9,7 g Tłuszcz: 9,1 g Węglowodany: 35,9 g</p> | <p>Energia: 613 kcal Białko: 26,6 g Tłuszcz: 25 g Węglowodany: 54 g</p> | <p>Energia: 113 kcal Białko: 2,2 g Tłuszcz: 0,0 g Węglowodany: 22,6 g</p> |

McMalec Dorota Pokarowska-Malec

ul. Kustronia 2, 20-241 Lublin

tel. 600 256 900, 609 250 886, e-mail: mcmalec1@gmail.com

NIP: 918-153-86-23 REGON: 951089038