

JADŁOSPIS – 2 19.10- 23.10.2026		
Obiad		
PONIEDZIAŁEK	Zupa jarzynowa 250 ml wywar warzywny, marchew, seler, pietruszka, por, fasolka szparagowa, brokuł, sól, pieprz, liść laurowy, ziele ang. Makaron z sosem pomidorowym 300g koncentrat pomidorowy, przecier, sól, pieprz, bazylia, oregano, makaron, / Danie gotowane 200/100 Woda 200ml <u>chrupki kukurydziane</u> ALERGEN: 1, 3, 9	Energia: 580kcal Białko: 19g Tłuszcze: 15g Węglowodany: 91g
WTOREK	Zupa z soczewicy 250ml marchew, seler, pietruszka, czosnek, cebula, czerwona soczewica, koper, ziemniaki, oliwa, pieprz, sól, liść laurowy, ziele ang. Kopytka okraszone bułką tartą 200g, fasolka szparagowa 150g ziemniaki, cebula, mąka pszenna, skrobia ziemniaczana, jajko, tłuszcz, pieczarki, mąka pszenna, fasolka szparagowa / Danie gotowane 180/140 Woda 200ml <u>galaretka owocowa</u> ALERGEN: 1, 3, 7, 9	Energia: 575kcal Białko: 19g Tłuszcze: 17g Węglowodany: 82g
ŚRODA	Zupa ryżowa 250 ml porcje rosółowe, ryż, marchew, seler, pietruszka, cebula, sól, pieprz, liść laurowy, ziele ang. Filet smażony 120g, ziemniaki 150g, surówka z marchwi i jabłka 150g filet drobiowy, mleko, mąka pszenna, bułka tarta, sól, pieprz, ziele ang., liść laurowy, jabłko, marchewka Danie z pieca konwekcyjno-parowego 90/150/80 Woda 200ml <u>owoc</u> ALERGEN: 1, 3, 7, 9	Energia: 585kcal Białko: 29g Tłuszcze: 19g Węglowodany: 74g
CZWARTEK	Zupa ziemniaczana 250 ml porcje rosółowe, udko z kurczaka, ziemniaki, marchew, cebula, seler, pietruszka, mąka pszenna, sól, pieprz, ziele ang., liść laurowy, śmietanka 18% Gulasz drobiowy 120g, kasza jęczmienna 150g, ogórek kiszony 150g mięso drobiowe, sól, pieprz, cebula, czosnek, tłuszcz, mąka pszenna, śmietanka 12%, kasza, ogórek kiszony / Danie z pieca konwekcyjno-parowego 70/120/150/80 Woda 200ml <u>babka waniliowa</u> ALERGEN: 1, 7, 9	Energia: 580g Białko: 30g Tłuszcze: 19g Węglowodany: 76g
PIĄTEK	Zupa ogórkowa 250 ml wywar warzywny, marchew, seler, pietruszka, por, cebula, ogórki kiszone, ziemniaki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele ang. Ryba w sosie koperkowym 120g, ziemniaki 150g, surówka z kapusty kiszonej 150g miruna, sól, pieprz, ziemniaki, marchew, kapusta kiszona, koper, śmietanka 12%, mąka pszenna 90/120/150/80 Kompot owocowy 200ml woda, mieszanka owocowa <u>herbatniki</u> ALERGEN: 1, 4, 7, 9	Energia: 585cal Białko: 28g Tłuszcze: 20g Węglowodany: 77g

*jadłospis może ulec zmianie

Alergeny: 1. GLUTEN, 2. SKORUPIAKI, 3. JAJA I POCHODNE, 4. RYBY I POCHODNE, 5. ORZESZKI ZIEMNE I POCHODNE, 6. SOJA I POCHODNE, 7. MLEKO I POCHODNE / ŁĄCZNIE Z LAKTOZĄ 8. ORZECZY, 9. SELER I POCHODNE, 10. GORCZYCA I POCHODNE, 11. NASIONA SEZAMU I POCHODNE, 12. DWUTLENEK SIARKI, 13. ŁUBIN I POCHODNE, 14. MIĘCZAKI I POCHODNE