

JADŁOSPIS – 3 26.10. - 30.10.2026		
Obiad		
PONIEDZIAŁEK	Zupa kalafiorowa 250 ml wywar warzywny, marchew, seler, pietruszka, seler, por, ziemniaki, kalafior, sól, pieprz, ziele ang.,liść laurowy Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym 120g , kasza jęczmienna 150g, buraczki 150g mięso drobiowe, jajko, sól, majeranek, pieprz,bułka tarta, mąka pszenna, śmietanka 12% , kasza jęczmienna Danie z pieca konwekcyjno-parowego/ danie gotowane 80/120/150/80 Kompot owocowy 200ml woda, mieszanka owocowa <u>wafle ryżowe</u> ALERGEN:1,3,7,9	Energia:670kcal Białko:32g Tłuszcze:22g Węglowodany:87g
WTOREK	Zupa pomidorowa z makaronem 250 ml wywar warzywny, marchew,seler,pietruszk,por,sól,pieprz,ziele ang.,liść laurowy,makaron,przecier pomidorowy Kotlet z soczewicy 120g, ziemniaki 150g, warzywa gotowane 150g soczewica, marchew, cebula,plátky owsiane, kalafior, marchew, brokuł Woda 200ml <u>chrupki kukurydziane</u> ALERGEN:1,9	Energia:570kcal Białko:20g Tłuszcze:9g Węglowodany:102g
ŚRODA	Rosół 250 ml porcje rosółowe, udka drobiowe, skrzydełka drobiowe, marchew, seler, por pietruszka, sól, pieprz,nać,lubczyk, liść laurowy, ziele ang. makaron Pyzy drożdżowe z sosem jogurtowo owocowym 2/100ml mąka pszenna,drożdże, cukier,mleko, jajko, sól,śmietanka 12%, wiśnie ,jogurt naturalny 3/150 Woda 200ml <u>galaretką</u> ALERGEN:1,3,7,9	Energia:550kcal Białko:19g Tłuszcze:10g Węglowodany:95g
CZWARTEK	Zupa koperkowa 250 ml porcje rosółowe z kurczaka, udka drobiowe, marchew, seler, pietruszka,ziemniaki, sól,pieprz,liść laurowy, ziele ang.,koper Udka gotowane w sosie własnym120g , ryż 150 g, marchewka 150g mięso drobiowe,cebula, sól,pieprz, czosnek, śmietanka 12%,ryż,marchew / Danie z pieca konwekcyjno-parowego 1/120/150/80 Woda 200ml <u>owoc</u> ALERGEN:1,7,9	Energia:630kcal Białko:34g Tłuszcze:15g Węglowodany:91g
PIĄTEK	Zupa kapuśniak z białej kapusty 250 ml porcje rosółowe, żeberka, marchew,seler,pietruszka,por, ziemniaki sól,pieprz,liść laurowy, ziele ang, kapusta Paluszki rybne 120g , ziemniaki 150g , surówka z kapusty kiszonej 150g ryba mintaj, ziemniaki,mleko, kapusta kiszona,marchew,sól,pieprz,cukier, tłuszcz 4/150/80 Woda 200ml <u>babka cytrynowa</u> ALERGEN:1,3,4,7,9	Energia:605kcal Białko:24g Tłuszcze:21g Węglowodany:80g

*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