

JADŁOSPIS – 4 / 2026 28.09. - 02.10.2026		
<u>Obiad</u>		
PONIEDZIAŁEK	Zupa ogórkowa 250 ml wywar warzywny, marchew, seler, pietruszka, por, ogórek kiszony, ziemniaki, sól, pieprz, ziele ang., liść laurowy Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ryżem 360g , filet drobiowy, koncentrat pomidorowy, papryka kolorowa, ogórek konserwowy, sól, pieprz, ryż biały, mąka pszenna Danie z pieca konwekcyjno-parowego 60/30/110/140 Woda 200ml <u>herbatniki</u> ALERGEN: 1,3,9	Energia: 581kcal Białko: 29g Tłuszcze: 17g Węglowodany: 78g
WTOREK	Zupa jarzynowa 250 ml porcje rosółowe z kurczaka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, por, fasolka szparagowa, kalafior, sól, pieprz, liść laurowy, ziele ang Makaron z sosem bolońskim z soczewicy 360g , brokuł gotowany 150g makaron, czerwona soczewica, passata pomidorowa, marchew, cebula, seler, papryka czerwona, czosnek, oregano, bazylia, sól, pieprz, brokuł Kompot owocowy 200ml woda, mieszanka owocowa <u>chrupki kukurydziane</u> ALERGEN: 1,9	Energia: 582kcal Białko: 26g Tłuszcze: 22g Węglowodany: 70g
ŚRODA	Zupa pomidorowa z ryżem 250 ml wywar warzywny, pomidor, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przecier pomidorowy, seler, pietruszka, marchew, por, ryż Placki ziemniaczane 3szt. , śmietana 20g ziemniaki, jajko, mąka pszenna, sól, pieprz, cebula, tłuszcz, śmietana 12% Woda 200ml <u>galaretka</u> ALERGEN: 1,3,7,9	Energia: 720kcal Białko: 12g Tłuszcze: 30g Węglowodany: 90g
CZWARTEK	Zupa krem warzywny z grzankami 250 ml wywar warzywny ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, por, sól, pieprz, liść laurowy, ziele ang., mąka pszenna Kotlet schabowy smażony 120g , ziemniaki 150 g, surówka coleslaw 150g mięso wieprzowe, cebula, sól, pieprz, czosnek, ziemniaki, kapusta biała, marchew, majonez, chrzan, mleko, jaja, mąka pszenna/ Danie z pieca konwekcyjno-parowego 90/150/80 Kompot owocowy 200ml woda, mieszanka owocowa <u>babka waniliowa</u> ALERGEN: 1,3,7,9	Energia: 588kcal Białko: 30g Tłuszcze: 20g Węglowodany: 72g
PIĄTEK	Zupa z fasolki szparagowej 250 ml porcje rosółowe z kurczaka, udko drobiowe, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, por, fasolka, sól, pieprz, ziele ang., liść laurowy Ryba pieczona 120g , ziemniaki 150g , surówka z kapusty pekińskiej 150g ryba mintaj, ziemniaki, mleko, kapusta pekińska, marchew, sól, pieprz, tłuszcz 4/150/80 Woda 200ml <u>owoc</u> ALERGEN: 1,3,4,7,8,9	Energia: 580kcal Białko: 25g Tłuszcze: 20g Węglowodany: 76g

*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