

JADŁOSPIS -5 / 2026 05.10. - 09.10.2026		
	<u>Obiad</u>	
PONIEDZIAŁEK	Zupa fasolowa 250 ml porcje rosółowe z kurczaka,marchew,seler,por,pietruszka,sól, pieprz, fasola, ziemniaki Łazanki z kiszoną kapustą i kielbasą 300g kapusta kiszona, makaron, kielbasa zwyczajna,sól, pieprz,cebula, ziele angielskie, liść laurowy, olej, masło 160/100/40 Kompot owocowy 200ml woda, mieszanka owocowa <u>babka cytrynowa</u> ALERGEN:1,9	Energia:577kcal Białko:29g Tłuszcze:17g Węglowodany 77g
WTOREK	Zupa z groszku zielonego 250 ml , wywar warzywny, marchew,seler,pietruszka,por,groszek,ziemniaki, sól,pieprz,liść laurowy,ziele angielskie Leczo warzywne z ciecierzycą, ryż 360g ciecierzycza,cukinia,papryka czerwona,marchew,koncentrat pomidorowy, kukurydza, olej rzepakowy,czosnek,oregano,sól,pieprz, ryż Woda 200ml <u>owoc</u> ALERGEN:1,9	Energia:586 kcal Białko:20 g Tłuszcze:22 g Węglowodany:77 g
ŚRODA	Zupa szpinakowa 250 ml marchew,seler,pietruszka,por, szpinak, ziemniaki,sól, pieprz,liść laurowy,ziele ang., jajko Udko pieczone 120g, ziemniaki 150g, buraczki 150g mięso drobiowe, sól,pieprz, czosnek,tłuszcz, cebula,ziemniaki, mleko,buraki, olej / Danie smażone 100/150/80 Woda 200ml <u>wafel ryżowy</u> ALERGEN:1,3,7,9	Energia:567 kcal Białko:19 g Tłuszcze:19g Węglowodany:80 g
CZWARTEK	Zupa kalafiorowa 250 ml seler, pietruszka, marchew, por, ziemniaki, kalafior,sól,pieprz,ziele angielski, liść laurowy Makaron z kurczakiem i warzywami w sosie serowym 360g makaron, brokuł,marchew,kalafior, ser topiony, ser żółty, śmietanka, bulion, sól,pieprz / Danie gotowane 140/40/40/120 Kompot owocowy 200ml woda, mieszanka owocowa <u>owoc</u> ALERGEN:1,7,9	Energia:589kcal Białko:28 g Tłuszcze:21 g Węglowodany:72 g
PIĄTEK	Zupa pomidorowa z makaronem 250 ml porcje rosółowe z kureczaka, skrzydełka z kurczaka,pomidor,sól,pieprz,liść laurowy, ziele angielskie przecier pomidorowy,koncentrat pomidorowy,seler,pietruszka,marchew,por,śmietanka 18% Ryba smażona 120g, ziemniaki 150g , surówka z kapusty kiszonej 150g miruna, sól, pieprz, ziemniaki,jajko, marchew,mleko, kapusta kiszona 120/150/80 Woda 200ml <u>galaretka owocowa</u> ALERGEN:1,3,4,7,9	Energia:563 kcal Białko:19 g Tłuszcze:19 g Węglowodany:79g

*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