

Jadłospis od 05.10.2026r do 09.10.2026r.

Dzień	Śniadanie / II Śniadanie	Obiad	gramatura	Podwieczorek
05.10.2026	Pieczczywo mieszane z masłem, wędlina drobiowa 98 % mięsa , pomidor, ogórek zielony, kakao na mleku /mandarynka	Zupa z białej kapusty z pomidorami i ziemniakami na wywarze warzywnym, leczy z kolorowej fasoli i warzywami, ryż , kompot z owoców mieszanych/woda z cytryną	200g-250g 150g-200g 30 g-50 g 150g-200g	Pieczczywo żytnie z masłem , jajko na sałacie, rzodkiewka, papryka kolorowa, kielki brokuła herbata z cytryną
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>seler, gluten,</i>		<i>Mleko, gluten, jaja</i>
<i>Wart. Kcal. Około(+;-)</i>	<i>350-380 kcal</i>	<i>450-520 kcal,</i>		<i>235--250 kcal</i>
06.10.2026	Pieczczywo pełnoziarniste z masłem, serek waniliowy, kawa inka na mleku/śliwka	Barszcz ukraiński na wywarze mięsnym zabieleny, z ziemniakami, Udziec pieczony z kaczki, ziemniaki, surówka ala” grecka z sałaty lodowej z pomidorem, ogórkiem, papryką i serem feta, kompot z owoców mieszanych/ woda z cytryną	200g-250g 80g-100g 30g-50g 65g-750g 150g-200g	Pieczczywo żytnie z masłem, paprykarz własnej roboty z makreli z warzywami, ogórek kiszony, herbata z cytryną
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, mleko</i>		<i>Mleko, gluten, ryba</i>
<i>Wart. Kcal. Około(+;-)</i>	<i>380-410 kcal</i>	<i>550-650kcal,</i>		<i>260-300 kcal</i>
07.10.2026	Pieczczywo mieszane z masłem, ser żółty, pomidor, ogórek zielony, kielki rzodkiewki , kakao na mleku/ banan	Zupa meksykańska z mięsem mielonym z ziemniakami, kotlet jajeczny, Ziemniaki, surówka z selera naciowego, marchwi i ogórka kiszzonego i jabłka, kompot z owoców mieszanych/woda z cytryną	200g-250g 80-100g 30g-50g 65-75 g 150g-200g	Pieczczywo pełnoziarniste z masłem, pieczeń drobiowa własnego wyrobu, rzodkiewka, papryka kolorowa,herbata z cytryną
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko , gluten,</i>	<i>Seler, gluten, jaja</i>		<i>Mleko, gluten, jaja,</i>
<i>Wart. Kcal. Około(+;-)</i>	<i>420-470 kcal</i>	<i>470-520 kcal,</i>		<i>210-250 kcal</i>
08.10.2026	Pieczczywo mieszane z masłem i dżemem, płatki kukurydziane na mleku, kawa na mleku /pomarańcza	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym, Pulpet z indyka w sosie pomidorowym, Kasza bul gur Ogórek kiszony, kompot z owoców mieszanych/ woda	200g-250g 80-100 g 30-50 g 65-75 g 150-200g	Dzieci same robią kanapki: pieczywo, ser żółty, wędlina kanapkowa, pomidor, ogórek zielony warzywa sezonowe
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, jaja</i>		<i>Mleko, gluten,</i>
<i>Wart. Kcal. Około(+;-)</i>	<i>460 -500 kcal</i>	<i>400-450 kcal ,</i>		<i>260-290 kcal</i>
09.10.2026	Pieczczywo pełnoziarniste z masłem, twarożek ze szczypiorkiem, rzodkiewka, ogórek zielony, kielki brokuła kakao na mleku, /jabłko	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej na wywarze mięsnym Ryba smażona ziemniaki, surówka z kapusty kiszzonej, kompot z owoców mieszanych	200g-250g 80g-10g 30g-50g 65g-75g 150g-200g	Chałka z masłem i dżemem, herbata z cytryną
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten,</i>	<i>Seler, gluten, jaja, ryba</i>		<i>Mleko, gluten, jajka</i>
<i>Wart. Kcal. Około(+;-)</i>	<i>390-420 kcal</i>	<i>470-500 kcal,</i>		<i>280-350 kcal</i>

