

Jadłospis od 05.10.2026r do 09.10.2026r.

Dzień	Obiad	gramatura
05.10.2026	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/mandarynka	250g-350g 250g-300g 50 g-70 g 150g-200g
<i>Alergeny</i>	<i>seler, gluten,</i>	
<i>Wart. Kcal. Około(+;-)</i>	<i>650-700 kcal,</i>	
06.10.2026	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 /śliwka	250g-350g 100g-150g 50g-70g 65g-750g 150g-200g
<i>Alergeny</i>	<i>Seler, mleko</i>	
<i>Wart. Kcal. Około(+;-)</i>	<i>740-840kcal,</i>	
07.10.2026	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/banan	250g-350g 100-150g 50g-70g 65-75 g 150g-200g
<i>Alergeny</i>	<i>Seler, gluten, jaja</i>	
<i>Wart. Kcal. Około(+;-)</i>	<i>670-720 kcal,</i>	
08.10.2026	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym, Pulpet z indyka w sosie pomidorowym, Kasza bul gur Ogórek kiszony, kompot z owoców mieszanych/ woda/jogurt	250g-350g 100 g-150 g 50g-70 g 65-75 g 150-200g
<i>Alergeny</i>	<i>Seler, gluten, jaja</i>	
<i>Wart. Kcal. Około(+;-)</i>	<i>550-620 kcal ,</i>	
09.10.2026	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej na wywarze mięsnym Ryba smażona ziemniaki, surówka z kapusty kiszzonej, kompot z owoców mieszanych/ jabłko	250g-350g 100-150g 50g-70g 65g-75g 150g-200g
<i>Alergeny</i>	<i>Seler, gluten, jaja, ryba</i>	
<i>Wart. Kcal. Około(+;-)</i>	<i>620-680 kcal,</i>	