

Jadłospis od 15.10.2026r do 16.10.2026r.

Dzień	Śniadanie / II Śniadanie	Obiad	gramatura	Podwieczorek
15.10.2026	Pieczyno żytnie z masłem, ser żółty, pomidor, papryka, kawa inka na mleku / jabłko	Zupa kapuśniak na wywarze mięsnym z ziemniakami , Makaron z białym serem z podsmażaną kiełbaską 98 % mięsa i cebulką , kompot z owoców mieszanych/ woda	200g-250g 150g-200g 150g-200g	Pieczyno mieszane z masłem, szynka drobiowa, ogórek zielony, papryka, herbata z cytryną
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Mleko, seler, gluten, jaja</i>		<i>Mleko, gluten, jaja</i>
wartość kcal około(+;-)	390 kcal	520 - 560 kcal		200 kcal
16.10.2026	Pieczyno pełnoziarniste z masłem, jajecznica ze szczypiorkiem, pomidor, ogórek zielony, kawa inka na mleku/ananas	Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami na wywarze warzywnym, kokiety z kapustą i pieczarkami sałatka z pomidorów i serem mozzarellą ze szczypiorkiem z oliwą z oliwek, <i>ketchup</i> kompot z owoców mieszanych/woda z cytryną	200g-250g 80g-100g 65g-75g 150g-200g	Kisiel, ciasteczka owsiane
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten, jaja</i>	<i>Seler, gluten, ryba, jaja</i>		<i>gluten, jajka</i>
Wart. Kcal. Okolo(+;-)	Okolo 417 kcal	420-460 kcal,		210-250 kcal