

## Jadłospis od 15.10.2026r do 16.10.2026r.

| Dzień                          | Obiad                                                                                                                                                                                                                                       | gramatura |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 15.10.2026                     | Zupa kapuśniak na wywarze mięsnym z ziemniakami ,<br>Makaron z białym serem z podsmażoną kiełbaską 98 % mięsa i cebulką ,<br>kompot z owoców mieszanych/ woda                                                                               | 250g-350g |
|                                |                                                                                                                                                                                                                                             | 250g-300g |
|                                |                                                                                                                                                                                                                                             | 150g-200g |
| <i>Alergeny</i>                | <i>Mleko, seler, gluten, jaja</i>                                                                                                                                                                                                           |           |
| <b>wartość kcal około(+;-)</b> | <b>710-760 kcal</b>                                                                                                                                                                                                                         |           |
| 16.10.2026                     | Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami na wywarze warzywnym, krokiety 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/ ananas | 250g-350g |
|                                |                                                                                                                                                                                                                                             | 100g-150g |
|                                |                                                                                                                                                                                                                                             | 65g-75g   |
| <i>Alergeny</i>                | <i>Seler, gluten, jaja</i>                                                                                                                                                                                                                  |           |
| <b>Wart. Kcal. Około(+;-)</b>  | <b>570---630 kcal,</b>                                                                                                                                                                                                                      |           |