

Jadłospis od 19.10.2026r do 23.10.2026r.

Dzień	Śniadanie / II Śniadanie	Obiad	gramatura	Podwieczorek
19.10.2026	Pieczyno mieszane z masłem, serek kanapkowy, pomidor, ogórek zielony, kakao na mleku /jabłko	Zupa na wywarze warzywnym fasolowa z ziemniakami , makaron z sosem pieczarkowym, burger z cieciorke i kalafiora pieczony, pomidorki koktajlowe, kompot z owoców mieszanych/woda z cytryną	200g-250g 150g-200g 65-75 g 150g-200g	Pieczyno żytnie z masłem , szynka kanapkowa drobiowa, papryka, pomidor, herbata z cytryną
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>seler, gluten,</i>		<i>Mleko, gluten,</i>
<i>Wart. Kcal. Około(+;-)</i>	<i>400-480 kcal</i>	<i>578-600 kcal,</i>		<i>250--320 kcal</i>
20.10.2026	Pieczyno pełnoziarniste z masłem, ser żółty, pomidor, papryka, kawa inka na mleku/winogron różowy	Zupa na wywarze mięsny pomidorowa z ryżem zabelana, Kotlet mielony smażony, ziemniaki, fasolka szparagowa z bułką zrumienioną na maśle, kompot z owoców mieszanych/ woda z cytryną	200g-250g 80g-100g 30g-50g 65g-750g 150g-200g	Pieczyno żytnie z masłem, filet z kurczaka pieczony na kanapki, pomidor, papryka, herbata z cytryną
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, mleko, jaja</i>		<i>Mleko, gluten,</i>
<i>Wart. Kcal. Około(+;-)</i>	<i>400-460 kcal</i>	<i>550-580kcal,</i>		<i>250-320 kcal</i>
21.10.2026	Pieczyno mieszane z masłem, szynka kanapkowa, pomidor, ogórek zielony, , kakao na mleku/ banan	Zupa Gulaszowa z ziemniakami, kluski knedle ze śliwką (gotowane) ze śmietanką i cukrem waniliowym, kompot z owoców mieszanych/woda z cytryną	200g-250g 150g-200g 150g-200g	Pieczyno żytnie z masłem, pasta z tuńczyka i jajka, ogórek kiszony, pomidor, herbata z cytryną
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko , gluten,</i>	<i>Seler, gluten, jaja</i>		<i>Mleko, gluten, jaja, ryba</i>
<i>Wart. Kcal. Około(+;-)</i>	<i>460-530 kcal</i>	<i>550-580 kcal,</i>		<i>280-350 kcal</i>
22.10.2026	Pieczyno pełnoziarniste z masłem, twarożek ze szczypiorke, rzodkiewka, ogórek zielony, kawa na mleku / śliwka	Zupa brokułowa na wywarze warzywnym zabelana z ziemniakami, Polędwiczki duszone w sosie warzywnym, kasza gryczana, ogórek kiszony, marchewka w słupki kompot z owoców mieszanych/ woda	200g-250g 80-100g 30 g -50 g 65g-75 g 150g-200g	Tosty z wędliną i żółtym serem, pomidor, papryka, herbata z cytryną
<i>Alergeny</i>	<i>Mleko, gluten</i>	<i>Seler, gluten, mleko,</i>		<i>Mleko, gluten,</i>
<i>Wart. Kcal. Około(+;-)</i>	<i>430 -490 kcal</i>	<i>450-490 kcal ,</i>		<i>300-370 kcal</i>
23.10.2026	Pieczyno mieszane z masłem, jajecznicza ze szczypiorke, pomidor, ogórek zielony, kakao na mleku, / mandarynka	Zupa zacierkowa na wywarze mięsny, paluszki rybne pieczone, ziemniaki, surówka z kapusty kiszonej, 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,jajko</i>	<i>Seler, gluten, jaja, ryba</i>		<i>Mleko, gluten, jajka</i>
<i>Wart. Kcal. Około(+;-)</i>	<i>430-500 kcal</i>	<i>545-620 kcal,</i>		<i>280-350 kcal</i>