Jadłospis od 09.11.2026r do 13.11.2026r.

Dzień	Śniadanie / II Śniadanie	Obiad	gramatura	Podwieczorek
09.11.2026	Pieczywo mieszane z masłem, serek kanapkowy, pomidor, ogórek zielony, kakao na mleku /mandarynka	Zupa krem z zielonego groszku i brokuła z grzankami na wywarze warzywnym, Gulasz warzywny z pomidorami i z cieciorką z makaronem, kompot z owoców mieszanych/woda z cytryną	200g-250g 150g-200g 150g-200g	Pieczywo żytnie z masłem , szynka kanapkowa drobiowa, papryka, pomidor, herbata z cytryną
Alergeny	*Mleko, gluten*	*seler, gluten,*		*Mleko, gluten,*
Wart. Kcal. Około(+;-)	***400-480 kcal***	***370--380 kcal,***		***250--320 kcal***
10.11.2026	Pieczywo pełnoziarniste z masłem, ser żółty, pomidor, papryka, kawa inka na mleku/jabłko	Zupa rosół z makaronem , Udziec z kurczaka pieczony, ziemniaki, sałata lodowa z jogurtem, kompot z owoców mieszanych/ woda z cytryną	200g-250g 80g-100g 30g-50g 65g-750g 150g-200g	Pieczywo żytnie z masłem, pasta z tuńczyka i jajka, ogórek kiszony, pomidor, herbata z cytryną
Alergeny	*Mleko, gluten*	*Seler, gluten, mleko, jajka*		*Mleko, gluten, jaja, ryba*
Wart. Kcal. Około(+;-)	***400-460 kcal***	***300-350kcal,***		***280-350 kcal***
		ŚWIĘTO 11 LISTOPADA		
	460-530 kcal			
12.11.2026	Pieczywo pełnoziarniste z masłem, twarożek ze szczypiorkiem, rzodkiewka, ogórek zielony, kawa na mleku / banan	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabielana na wywarze mięsnym, makaron z białym serem i podsmażaną kiełbaską kompot z owoców mieszanych/ woda	200g-250g 150-200 g 150-200g	Tosty z wędliną i żółtym serem, pomidor, papryka, herbata z cytryną
Alergeny	*Mleko, gluten*	*Seler, gluten, jaja, mleko*		*Mleko, gluten,*
Wart. Kcal. Około(+;-)	***430 -490 kcal***	***440-480 kcal ,***		***300-370 kcal***
13.11.2026	Pieczywo mieszane z masłem, jajecznica ze szczypiorkiem, pomidor, ogórek zielony, kakao na mleku, / jabłko	Zupa na wywarze mięsnym marchwianko ryżanka paluszki rybne , 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
Alergeny	*Mleko, gluten,jajko*	*Seler, gluten, jaja, ryba*		*Mleko, gluten, jajka*
Wart. Kcal. Około(+;-)	***430-500 kcal***	***425-450 kcal,***		***280-350 kcal***