

JADŁOSPIS

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]

poniedziałek, 20 października 2025

633 2544

▶ obiad / obiad			633	2544
● Zupa gotąbkowa	1 x 300g		168	707
● Pampuchy z sosem truskawkowym	1 x 260g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	465	1835
● Woda mineralna z cytryną	1 x 150g		0	2

wtorek, 21 października 2025

714 3003

▶ obiad / obiad			714	3003
● Zupa grysikowa	1 x 230g	Zboża zawierające gluten, Seler	60	253
● Sos mięsny	1 x 135g	Zboża zawierające gluten	285	1196
● Kopytka śląskie	1 x 210g	Zboża zawierające gluten, Jaja	294	1234
● Kapusta czerwona gotowana z jabłkiem	1 x 150g		75	318
● Woda mineralna z cytryną	1 x 150g		0	2

środa, 22 października 2025

660 2769

▶ obiad / obiad			660	2769
● Zupa ogórkowa zabieleną z zacierką	1 x 300g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Seler	83	352
● Filet z indyka panierowany	1 x 110g	Zboża zawierające gluten, Jaja	275	1152
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g	Mleko	189	793
● Surówka letnia z sałaty lodowej	1 x 100g		48	200
● Sok pomarańczowy 1 L	1 x 150g		65	272

czwartek, 23 października 2025

624 2585

▶ obiad / obiad			624	2585
● Zupa kalafiorowa zabieleną z ziemniakami	1 x 340g	Mleko, Seler	96	403
● Schab w sosie własnym	1 x 120g	Zboża zawierające gluten	259	1083
● Kasza jęczmienna 4*100	1 x 200g	Zboża zawierające gluten	198	794
● Surówka z ogórka kiszzonego z marchewką, jabłkiem i cebulką	1 x 100g		32	140
● Kompot z owoców mrożonych	1 x 200g		39	165

piątek, 24 października 2025

720 3053

▶ obiad / obiad			720	3053
● Zupa pieczarkowa zabieleną z łazankami	1 x 250g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Seler	177	783
● Kotlet rybno - jajeczny	1 x 140g	Zboża zawierające gluten, Jaja, Ryby	275	1136
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g	Mleko	189	793
● Kapusta zasmażana młoda	1 x 130g	Zboża zawierające gluten, Mleko	79	339
● Woda mineralna z cytryną	1 x 150g		0	2