

JADŁOSPIS

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

poniedziałek, 12 stycznia 2026

658 2642

▶ obiad / obiad			658	2642
● Zupa grochowa z ziemniakami	1 x 300g	Seler	192	804
● Pampuchy z sosem truskawkowym	1 x 260g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	465	1835
● Woda z cytryna i miętą	1 x 200g		1	3

wtorek, 13 stycznia 2026

719 3018

▶ obiad / obiad			719	3018
● Zupa brokułowa z zacierką. M	1 x 250g	Mleko, Seler	95	404
● Schab panierowany	1 x 130g	Zboża zawierające gluten, Jaja	316	1321
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g	Mleko	189	793
● Surówka z kapusty pekińskiej z groszkiem	1 x 100g	Mleko, Jaja, Gorczyca	80	335
● Kompot z owoców mrożonych	1 x 200g		39	165

środa, 14 stycznia 2026

723 3101

▶ obiad / obiad			723	3101
● Zupa szpinakowa zabieleną z jajkiem	1 x 300g	Mleko, Jaja, Seler	162	678
● Makaron spaghetti z sosem mięsny	1 x 330g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	515	2230
● Melon	1 x 100g		46	191
● Woda mineralna z cytryną	1 x 150g		0	2

czwartek, 15 stycznia 2026

713 2962

▶ obiad / obiad			713	2962
● Zupa jarzynowa m. zabieleną	1 x 280g	Mleko, Seler	100	418
● Karczek w sosie własnym	1 x 150g	Zboża zawierające gluten	301	1267
● Kasza jęczmienna	1 x 200g	Zboża zawierające gluten	198	794
● Kapusta czerwona gotowana z jabłkiem	1 x 150g		75	318
● Kompot z owoców mrożonych	1 x 200g		39	165

piątek, 16 stycznia 2026

707 2942

▶ obiad / obiad			707	2942
● Zupa ryżanka z warzywami	1 x 250g	Seler	103	435
● Kotlet rybno - jajeczny	1 x 140g	Zboża zawierające gluten, Jaja, Ryby	275	1136
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g	Mleko	189	793
● Sałata lodowa z papryką, pomidorem, ogórkiem, feta i sosem winegret	1 x 100g	Mleko, Gorczyca	77	315
● Sok jabłkowy 1 L	1 x 150g		63	263