

# JADŁOSPIS

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]
<b>poniedziałek, 19 stycznia 2026</b>				<b>798</b>	<b>3335</b>
▶ <b>obiad / obiad</b>				<b>798</b>	<b>3335</b>
● Zupa fasolowa z ziemniakami	1 x 300g		Soja, Mleko, Seler	235	981
● Racuchy drożdżowe	1 x 200g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	524	2189
● Kompot z owoców mrożonych	1 x 200g			39	165
<b>wtorek, 20 stycznia 2026</b>				<b>628</b>	<b>2633</b>
▶ <b>obiad / obiad</b>				<b>628</b>	<b>2633</b>
● Zupa pomidorowa zabieleną z ryżem	1 x 250g		Mleko, Seler	100	418
● Rumsztyk drobiowo - wieprzowy z cebulką	1 x 140g		Zboża zawierające gluten, Jaja	290	1214
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g		Mleko	189	793
● Mizeria z ogórka i jogurtu	1 x 120g		Mleko	49	206
● Woda mineralna z cytryną	1 x 150g			0	2
<b>środa, 21 stycznia 2026</b>				<b>649</b>	<b>2729</b>
▶ <b>obiad / obiad</b>				<b>649</b>	<b>2729</b>
● Zupa literkowa	1 x 250g		Zboża zawierające gluten, Jaja, Seler	171	720
● Wątróbka z cebulką	1 x 150g		Zboża zawierające gluten	197	827
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g		Mleko	189	793
● Marchewka z jabłkiem i ananasem	1 x 100g			53	224
● Kompot z owoców mrożonych	1 x 200g			39	165
<b>czwartek, 22 stycznia 2026</b>				<b>674</b>	<b>2828</b>
▶ <b>obiad / obiad</b>				<b>674</b>	<b>2828</b>
● Zupa zalewajka z jajkiem, wędliną i ziemniakami	1 x 340g		Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Jaja, Seler	241	1012
● Potrawka drobiowa	1 x 160g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Seler, Gorczyca	174	728
● Ryż gotowany 4*100	1 x 200g			177	741
● Fasolka szparagowa m. z masełkiem	1 x 120g		Mleko	82	345
● Woda mineralna z cytryną	1 x 150g			0	2
<b>piątek, 23 stycznia 2026</b>				<b>751</b>	<b>3179</b>
▶ <b>obiad / obiad</b>				<b>751</b>	<b>3179</b>
● Zupa pieczarkowa zabieleną z łazankami	1 x 250g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Seler	177	783
● Paluszki rybne	1 x 100g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Ryby	277	1152
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g		Mleko	189	793
● Surówka z selera	1 x 100g		Mleko, Jaja, Orzechy, Seler, Gorczyca	87	365
● Limonka	1 x 200g			21	86