

JADŁOSPIS

| Posiłek potrawa/składnik | ilość | j.m. | alergeny | Wartość energetyczna | |
|---|-------------|------|--|----------------------|-------------|
| | | | | [kcal] | [kJ] |
| poniedziałek, 3 listopada 2025 | | | | 659 | 2840 |
| ► obiad / obiad | | | | 659 | 2840 |
| ● Zupa grochowa z ziemniakami i wędliną | 1 x 300g | | Zboża zawierające gluten, Soja, Seler | 185 | 771 |
| ● Makaron ze szpinakiem, filetem drobiowym i serem żółtym | 1 x 350g | | Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja | 406 | 1785 |
| ● Sok Kubuś 300 ml | 0,5 x 1szt. | | | 68 | 284 |
| wtorek, 4 listopada 2025 | | | | 692 | 2898 |
| ► obiad / obiad | | | | 692 | 2898 |
| ● Zupa pomidorowa zabieleną z ryżem | 1 x 250g | | Mleko, Seler | 100 | 418 |
| ● Pieguski drobiowe | 1 x 150g | | Zboża zawierające gluten, Jaja | 353 | 1473 |
| ● Ziemniaki gotowane | 1 x 200g | | Mleko | 189 | 793 |
| ● Marchewka z jabłkiem i brzoskwinia | 1 x 100g | | | 50 | 212 |
| ● Woda mineralna z cytryną | 1 x 150g | | | 0 | 2 |
| środa, 5 listopada 2025 | | | | 762 | 3167 |
| ► obiad / obiad | | | | 762 | 3167 |
| ● Zupa zalewajka z jajkiem i ziemniakami | 1 x 320g | | Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Seler | 161 | 676 |
| ● Karczek w sosie własnym | 1 x 150g | | Zboża zawierające gluten | 301 | 1267 |
| ● Kasza jęczmienna 4*100 | 1 x 200g | | Zboża zawierające gluten | 198 | 794 |
| ● Buraki tarte | 1 x 130g | | | 63 | 265 |
| ● Kompot z owoców mrożonych | 1 x 200g | | | 39 | 165 |
| czwartek, 6 listopada 2025 | | | | 703 | 2949 |
| ► obiad / obiad | | | | 703 | 2949 |
| ● Zupa rosół z makaronem | 1 x 270g | | Zboża zawierające gluten, Jaja, Seler | 191 | 801 |
| ● Wątróbka z cebulką | 1 x 150g | | Zboża zawierające gluten | 197 | 827 |
| ● Ziemniaki gotowane | 1 x 200g | | Mleko | 189 | 793 |
| ● Surówka z kapusty pekińskiej z groszkiem | 1 x 100g | | Mleko, Jaja, Gorczyca | 80 | 335 |
| ● Mandarynka | 1 x 100g | | | 46 | 191 |
| ● Woda mineralna z cytryną | 1 x 150g | | | 0 | 2 |
| piątek, 7 listopada 2025 | | | | 656 | 2742 |
| ► obiad / obiad | | | | 656 | 2742 |
| ● Zupa krupnik z kaszą jęczmienną | 1 x 250g | | Zboża zawierające gluten, Seler | 116 | 482 |
| ● Ryba sola w cieście | 1 x 120g | | Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Ryby | 236 | 988 |
| ● Ziemniaki gotowane | 1 x 200g | | Mleko | 189 | 793 |
| ● Surówka z sałaty lodowej z warzywami i sosem | 1 x 100g | | Gorczyca | 52 | 216 |
| ● Sok jabłkowy 1 L | 1 x 150g | | | 63 | 263 |