

JADŁOSPIS

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]
poniedziałek, 16 marca 2026				707	2959
► obiad / obiad				707	2959
● Zupa zalewajka z jajkiem i ziemniakami	1 x 320g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Seler	161	676
● Racuchy z musem brzoskwinowym	1 x 220g		Zboża zawierające gluten, Jaja	546	2281
● Woda mineralna z cytryną	1 x 150g			0	2
wtorek, 17 marca 2026				655	2752
► obiad / obiad				655	2752
● Zupa brokułowa z zacierką. M	1 x 250g		Mleko, Seler	95	404
● Gulasz wieprzowy z szynki i łopatki	1 x 150g		Zboża zawierające gluten	278	1169
● Kasza pęczak 4*100	1 x 150g			163	679
● Surówka z kapusty pekińskiej z groszkiem	1 x 100g		Mleko, Jaja, Gorczyca	80	335
● Kompot z owoców mrożonych	1 x 200g			39	165
środa, 18 marca 2026				673	2864
► obiad / obiad				673	2864
● Zupa paprykowa zabelana z makaronem	1 x 270g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Seler	180	791
● Podudzie z kurczaka pieczone	1 x 140g			240	1008
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g		Mleko	189	793
● Marchewka duszona	1 x 120g		Mleko	64	270
● Woda mineralna z cytryną	1 x 150g			0	2
czwartek, 19 marca 2026				674	2834
► obiad / obiad				674	2834
● Zupa grysikowa	1 x 230g		Zboża zawierające gluten, Seler	60	253
● 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
● Sok jabłkowy 200 ml	1 x 1szt.			86	368
piątek, 20 marca 2026				679	2121
► obiad / obiad				679	2121
● Zupa rybna	1 x 250g		Ryby, Seler	69	286
● Kopytka śląskie	1 x 210g		Zboża zawierające gluten, Jaja	294	1234
● Sos pieczarkowy	1 x 125g		Mleko	41	169
● Talerz owoców	1 x 100g			82	343
● Baton	1 x 1szt.		Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Orzechy, Orzeszki ziemne	193	87
● Woda mineralna z cytryną	1 x 150g			0	2