

JADŁOSPIS



	Pierwsze danie	Drugie danie
Poniedziałek, 09.06.2025 845 kcal 33 g białka 20 g tłuszczu 125 g węglowodanów	Zupa ziemniaczana [ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, porcja rosółowa, schab kości, śmietana 12%, mąka pszenna, por, natka pietruszki, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Spaghetti bolognese [łopatka b/k mielona, makaron (mąka makaronowa pszenna), przecier pomidorowy, pomidory w puszcze, mąka pszenna, olej rzepakowy, śmietana 12%, sól, przyprawy] Kompot truskawkowy [truskawka mrożona, cukier]
Wtorek, 10.06.2025 850 kcal 33 g białka 24 g tłuszczu 119 g węglowodanów	Zupa kalfiorowa z kaszką manną [kalfior mrożony, kaszka manna, marchew, pietruszka, seler, porcja rosółowa, schab kość, śmietana 12%, serek topiony gouda mąka pszenna, por, natka pietruszki, sól, przyprawy]	Filet z kurczaka panierowany [filet z kurczaka, bułka tarta (zaw. mąkę pszenną, soję), olej rzepakowy, jajka, masło klarowane, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól] Surówka z marchwi i ananasa [marchew, ananas konserwowy, śmietana 12%, cukier] Sok 100% pomarańczowy
Środa, 11.06.2025 860 kcal 31 g białka 24 g tłuszczu 130 g węglowodanów	Grochówka [ziemniaki, seler, marchew, pietruszka, groch półowki, boczek wędzony, karkówka b/k, cebula, por, natka pietruszki, czosnek, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Pierogi z serem, jogurtem naturalnym i cukrem [pierogi z serem (mąka pszenna, twaróg, twaróg waniliowy, cukier, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy, sól), jogurt naturalny (mleko, śmietanka, żywe kultury bakterii), cukier trzcinowy, olej rzepakowy, sól] Woda mineralna niegazowana
Czwartek, 12.06.2025 745 kcal 33 g białka 20 g tłuszczu 113 g węglowodanów	Zupa pomidorowa z ryżem [marchew, pietruszka, seler, porcja rosółowa, schab kości, ryż biały, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana 12%, por, natka pietruszki, sól, przyprawy]	Schab duszony [schab b/k, mąka pszenna, masło klarowane, śmietana 12%, natka pietruszka, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól] Surówka coleslaw [kapusta biała, marchew, jogurt naturalny, śmietana kwaśna 18%, cukier, sól, przyprawy] Kompot wielowocowy [mieszanka kompotowa mrożona (aronia, porzeczka czerwona, truskawka, śliwka b/p), cukier]
Piątek, 13.06.2025 840 kcal 31 g białka 25 g tłuszczu 130 g węglowodanów	Zupa wiśniowa z makaronem [wiśnie mrożone, makaron (mąka makaronowa pszenna), cukier, kisiel bez cukru]	Ryba Miruna panierowana [ryba mrożona (miruna), bułka tarta (zaw. mąkę pszenną, sojową), olej rzepakowy, jajka, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól] Surówka z kapusty kiszonej i marchwi [kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, cukier, por, natka pietruszki, przyprawy] Woda z miodem i cytryną [cytryna, miód pszczeli]

Przyprawy użyte do przygotowania obiadu mogą zawierać zboża zawierające gluten, jaja, mleko (łącznie z laktozą), soję, gorczycę, seler i orzeszki ziemne.