

JADŁOSPIS



	Pierwsze danie	Drugie danie
Poniedziałek, 08.12.2025 870 kcal 38 g białka 21 g tłuszczu 100 g węglowodanów	Zupa ogórkowa [ziemniaki, ogórki kiszzone, marchew, seler , pietruszka, kiełbasa wieprzowa, por, żeberka, mąka pszenna , śmietana 12% , 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] Woda z miodem i cytryną [woda, cytryna, miód pszczeli]
Wtorek, 09.12.2025 810 kcal 36 g białka 23 g tłuszczu 107g węglowodanów	Zupa fasolowa [ziemniaki, marchew, seler , pietruszka, fasola średnia Jaś, karkówka b/k, boczek wędzony, por, mąka pszenna , śmietana 12% , sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Udko z kurczaka pieczone [udko z kurczaka, olej rzepakowy, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] Groszek z marchewką [marchewka z groszkiem mrożona, masło klarowane, sól, pieprz] Kompot truskawkowy [truskawki mrożone, cukier]
Środa, 10.12.2025 795 kcal 19 g białka 21 g tłuszczu 127 g węglowodanów	Zupa krem z wielowarzywny z grzankami [ziemniaki, kalafior mrożony, seler , pietruszka, marchew, bukiet warzyw, serek topiony gouda , grzanki (mąka pszenna , olej rzepakowy, serwatka w proszku (z mleka), sól, cukier, drożdże, jaja w proszku, lecytyna słonecznikowa), śmietana 36% , śmietana 12% , por, sól, przyprawy]	Kopytka z boczkiem i cebulką [kopytka (ziemniaki, mąka pszenna , mąka ziemniaczana, jaja , sól, olej rzepakowy), kapusta kiszona, cebula, masło klarowane, boczek wędzony, olej rzepakowy, sól, przyprawy] Kapusta kiszona gotowana [kapusta kiszona, masło klarowane, sól, przyprawy] Kompot jabłkowy [jabłka, cukier trzcinowy]
Czwartek, 11.12.2025 845 kcal 33 g białka 24 g tłuszczu 105 g węglowodanów	Rosół z makaronem i natką pietruszki [kurczak, marchew, pietruszka, seler , makaron (mąka makaronowa pszenna), por, natka pietruszki, sól, przyprawy]	Medaliony [mięso z piersi kurczaka, bułka tarta (mąka pszenna , sojowa) jajka , ser żółty gouda, szynka konserwowa, olej rzepakowy, masło , sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka [kapusta pekińska, jabłko, marchew, olej rzepakowy, natka pietruszki, cukier, sól, przyprawy] Kompot owocowy [mieszanka kompotowa mrożona (aronia, porzeczka czerwona, truskawka, śliwka b/p), cukier]
Piątek, 12.12.2025 840 kcal 32 g białka 32 g tłuszczu 125 g węglowodanów	Zupa kalafiorowa [ziemniaki, kalafior mrożony, marchew, pietruszka, seler , porcja rosołowa, schab kość, śmietana 12% , mąka pszenna , por, natka pietruszki, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Naleśniki z serem i dżemem [mleko 2% , mąka pszenna , jajka , ser twarogowy śmietankowy, powidła śliwkowe, olej rzepakowy, cukier trzcinowy] Woda mineralna niegazowana

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