

JADŁOSPIS



	Pierwsze danie	Drugie danie
Poniedziałek, 15.12.2025 820 kcal 37 g białka 14 g tłuszczu 130 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]	Mięso w sosie meksykańskim z makaronem [mięso z łopatki mielone, makaron (mąka makaronowa pszenna), papryka czerwona, mąka pszenna, groszek konserwowy, kukurydza konserwowa, fasola czerwona konserwowa, śmietana 12%, sól, przyprawy] Woda z miodem i cytryną [woda, cytryna, miód pszczeli]
Wtorek, 16.12.2025 890 kcal 36 g białka 28 g tłuszczu 135 g węglowodanów	Zupa krem z dyni z grzanekami [dynia, ziemniaki, seler, marchew, pietruszka, serek topiony gouda, grzanki (mąka pszenna, olej rzepakowy, serwatka w proszku (z mleka), sól, cukier, drożdże, jaja w proszku, lecytyna słonecznikowa), śmietana 36%, por, sól, przyprawy]	Kotlet drobiowy 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 marchewką i ananasa [marchew, ananas konserwowy, śmietana 12%, cukier] Kompot wiśniowy [wiśnie mrożone b/p, cukier]
Środa, 17.12.2025 785 kcal 19 g białka 20 g tłuszczu 132 g węglowodanów	Barszcz z makaronem [buraki, makaron (mąka makaronowa pszenna), marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, śmietana 12%, boczek wędzony), cukier, por, natka pietruszki, sól, przyprawy]	Pierogi z kapustą i grzybami (mąka pszenna, farsz – kapusta kiszona, pieczarki, cebula, marchew, olej rzepakowy, cukier), bułka tarta (zaw. mąkę pszenną, żytnią), cebula, olej rzepakowy, sól, przyprawy] Kompot owocowy [mieszanka kompotowa mrożona (aronia, porzeczka czerwona, truskawka, śliwka b/p), cukier]
Czwartek, 18.12.2025 765 kcal 31 g białka 20 g tłuszczu 111 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]	Klops pieczony [łopatka b/k mielona, bułka pszenna, jajka, olej rzepakowy, por, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2%, koperek, sól] Buraczkę [buraki, olej rzepakowy, cukier, sól, pieprz] Kompot jabłkowy [jabłka, cukier trzcinowy]
Piątek, 19.12.2025 600 kcal 19 g białka 7 g tłuszczu 105 g węglowodanów	Zupa grysikowa [marchew, pietruszka, seler, kasza manna, porcja rosółowa, schab kości, śmietana 12%, mąka pszenna, por, natka pietruszki, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Ryż z jabłkiem, jogurtem naturalnym, cynamonem i cukrem trzcinowym [jabłka prażone (jabłka, cukier, skrobia modyfikowana, woda, regulator kwasowości – kwas cytrynowy, przeciwutleniacz kwas askorbinowy, aromat), jogurt naturalny (mleko, śmietanka, żywe kultury bakterii jogurtowych), cukier trzcinowy, olej rzepakowy, cynamon, sól] Woda mineralna niegazowana

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