

JADŁOSPIS



	Pierwsze danie	Drugie danie
Poniedziałek, 02.02.2026 725 kcal 31 g białka 27 g tłuszczu 100 g węglowodanów	Rosół z makaronem i natką pietruszki [kurczak, marchew, pietruszka, seler, makaron (mąka makaronowa pszenna), 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] Ogórek kiszony Kompot jabłkowy [jabłka ,cukier trzcinowy]
Wtorek, 03.02.2026 840 kcal 33 g białka 19 g tłuszczu 129 g węglowodanów	Zupa krem z buraczków chrzanem z grzankami [ziemniaki, buraki, 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 12% , śmietana 36% , por, chrzan słoik (chrzan tarty, cukier, mleko , sól, olej roślinny, regulatory kwasowości : kwas mlekowy i kwas cytrynowy), sól, przyprawy]	Potrawka z udkiem z kurczaka i ryżem [udko z kurczaka, ryż paraboliczny, mąka pszenna , serek topiony gouda, śmietana 12% , olej rzepakowy, śmietana 36% , sól, pieprz] Groszek z marchewką gotowany [marchewka z groszkiem mrożona, masło klarowane, sól, pieprz] Sok 100% pomarańczowy
Środa, 04.02.2026 820 kcal 25 g białka 20 g tłuszczu 130 g 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]	Pirogi z serem, jogurtem naturalnym i cukrem trzcinowym [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, 05.02.2026 780 kcal 33 g białka 22 g tłuszczu 110 g węglowodanów	Zupa brokułowa [brokuły mrożone, marchew, pietruszka, seler, porcja rosółowa, schab kości.), mąka pszenna , śmietana 12% , śmietanka 36% , serek topiony gouda , por, natka pietruszki, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna , mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Mięso w sosie myśliwskim z pyzami [mięso z szynki, pyzy drożdżowe , pieczarki, papryka czerwona, ogórki kiszzone, mąka pszenna , przecier pomidorowy, olej rzepakowy, masło klarowane, śmietana 12% , koperek, sól, przyprawy] Woda z miodem i cytryną [cytryna, miód pszczeli]
Piątek, 06.02.2026 900 kcal 38 g białka 25 g tłuszczu 123 g węglowodanów	Zupa z czerwonej soczewicy [ziemniaki, seler, marchew, pietruszka, soczewica czerwona, mąka pszenna , śmietana 12% , koncentrat pomidorowy, kasza bulgur , por, natka pietruszki, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna , mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Filet z Miruny panierowany [ryba mrożona (miruna), bułka tarta (zaw. mąkę pszenną , sojową), olej rzepakowy, jajka, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] Surówka z kapusty pekińskiej, papryki i kukurydzy [sałata lodowa, papryka czerwona, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, szczypiorek, natka pietruszki, sól, przyprawy] Kompot owocowy [mieszanka kompotowa mrożona (aronia, porzeczka czerwona, truskawka, śliwka b/p), cukier]

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