

JADŁOSPIS



	Pierwsze danie	Drugie danie
Poniedziałek, 19.01.2026 840 kcal 33 g białka 27 g tłuszczu 116 g węglowodanów	Kapusznik [ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler , pietruszka, kielbasa wieprzowa, porcja rosółowa, schab kości, mąka pszenna , por, majeranek, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Roladki wieprzowe nadziewane serem [łopatka b/k mielona, ser żółty gouda, bułka tarta (zaw. mąka pszenna , mąka żytnia), olej rzepakowy, bułka pszenna, jajka , , por, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] Bukiet warzyw gotowanych [bukiet warzyw mrożony (marchewka, kalafior, brokuł), masło klarowane, sól] Sok 100% pomarańczowy
Wtorek, 20.01.2026 790 kcal 33 g białka 12 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]	Filet z indyką w sosie ziołowo-śmietanowym z makaronem [filet z indyka, makaron(mąka makaronowa pszenna), mąka pszenna , serek topiony gouda, śmietana 12% , olej rzepakowy, śmietana 36% , sól, pieprz, zioła prowansalskie, pieprz ziołowy] Woda z miodem i cytryną [cytryna, miód pszczeli]
Środa, 21.01.2026 855 kcal 27 g białka 25 g tłuszczu 135 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]	Pyzy drożdżowe z sosem jogurtowo-owocowym [pyzy drożdżowe, jogurt naturalny (mleko , śmietanka , żywe kultury bakterii), owoce mrożone, cukier trzcinowy] Woda mineralna niegazowana
Czwartek, 22.01.2026 845 kcal 33 g białka 27 g tłuszczu 113 g węglowodanów	Zupa krem z pomidorów z grzankami [ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , pomidory w puszcze (pomidory, sok pomidorowy, regulator kwasowości), koncentrat pomidorowy, serek topiony gouda , grzanki (zaw. mąkę pszenną , mleko , jaja), śmietana 12% , śmietana 36% , por, sól, przyprawy]	Bitki wieprzowe w sosie własnym z kaszą bulgur [schab b/k, kasza bulgur , olej rzepakowy, mąka pszenna , śmietana 12% , masło klarowane, sól, przyprawy] Buraczki [buraki, olej rzepakowy, cukier, sól, pieprz] Kompot owocowy [mieszanka kompotowa mrożona (aronia, porzeczka czerwona, truskawka, śliwka b/p), cukier]
Piątek, 23.01.2026 725 kcal 30 g białka 17 g tłuszczu 115 g węglowodanów	Zupa koperkowa z kłuseczkami [zacierka makaronowa (mąka makaronowa pszenna), marchew, seler , pietruszka, porcja rosółowa, schab kości, koperek, mąka pszenna , śmietana 12% , sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Gzik z szczypiorkiem [ziemniaki, twaróg półtłusty, ser śmietankowy, śmietana 18% , szczypiorek, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] Kompot jabłkowy [jabłka ,cukier trzcinowy]

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