

JADŁOSPIS



	<i>Pierwsze danie</i>	<i>Drugie danie</i>
Poniedziałek, 26.01.2026 770 kcal 34 g białka 19 g tłuszczu 115 g węglowodanów	<i>Zupa krem z cukinii z grzankami</i> [ziemniaki, cukinia, seler, marchew, pietruszka, grzanki (mąka pszenna , olej rzepakowy, serwatka w proszku (z mleka), sól, cukier, drożdże, jaja w proszku, lecytyna słonecznikowa), serek topiony gouda , śmietana 36% , por, sól, przyprawy]	<i>Mięso w sosie meksykańskim z ryżem</i> [mięso z łopatkki mielone, ryż paraboliczny, papryka czerwona, mąka pszenna , groszek konserwowy, kukurydza konserwowa, fasola czerwona konserwowa, śmietana 12% , sól, przyprawy] <i>Woda z miodem i cytryną</i> [cytryna, miód pszczeli]
Wtorek, 27.01.2026 830 kcal 31 g białka 24 g tłuszczu 122 g węglowodanów	<i>Zupa pomidorowa z ryżem</i> [marchew, pietruszka, seler, porcja rosółowa, schab kości, ryż biały, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna , śmietana 12% , por, natka pietruszki, sól, przyprawy]	<i>Kotlet drobiowy panierowany</i> [filet z kurczaka, bułka tarta (zaw. mąkę pszenną , soję), olej rzepakowy, jajka , masło klarowane, sól, przyprawy] <i>Surówka coleslaw</i> [kapusta biała, marchew, jogurt naturalny, śmietana kwaśna 18% , cukier, sól, przyprawy] <i>Puree ziemniaczane</i> [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] <i>Sok 100% multiwitamina</i>
Środa, 28.01.2026 845 kcal 23 g białka 31 g tłuszczu 115 g węglowodanów	<i>Zupa budyniowa z płatkami kukurydzianymi</i> [mleko, śmietana , cukier, jajka , płatki kukurydziane, budyń waniliowy bez cukru (skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, barwnik (karoteny), ekstrakt wanilii)]	<i>Szare kłuski z podsmażoną cebulką i boczkiem</i> [szare kluski (ziemniaki, mąka pszenna , jaja , sól, olej rzepakowy), kapusta kiszona, cebula, masło klarowane, olej rzepakowy, sól, przyprawy] <i>Kapusta kiszona gotowana</i> [kapusta kiszona, masło klarowane, sól, przyprawy] <i>Woda mineralna niegazowana</i>
Czwartek, 29.01.2026 795 kcal 33 g białka 24 g tłuszczu 119 g węglowodanów	<i>Zupa z zielonego ogórka</i> [ziemniaki, ogórek zielony, seler, marchew, pietruszka, jogurt naturalny (mleko , śmietanka , żywe kultury bakterii jogurtowych), serek topiony gouda , śmietana 36% , por, sól, przyprawy] <i>Chleb</i> [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	<i>Udko z kurczaka pieczone</i> [udko z kurczaka, olej rzepakowy, sól, przyprawy] <i>Puree ziemniaczane</i> [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] <i>Surówka z marchewką i ananasa</i> [marchew, ananas konserwowy, śmietana 12% , cukier] <i>Kompot jabłkowy</i> [jabłka ,cukier trzcinowy]
Piątek, 30.01.2026 815 kcal 21 g białka 25 g tłuszczu 126 g węglowodanów	<i>Zupa wiśniowa z makaronem</i> [wiśnie mrożone, makaron (mąka makaronowa pszenna), cukier, kisiel bez cukru]	<i>Paluszki rybne</i> [paluszki rybne Frosta (filety z mintaja , panierka sypka (gluten), olej słonecznikowy, woda, mąka pszenna , skrobia ziemniaczana, sól), olej rzepakowy, sól] <i>Puree ziemniaczane</i> [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] <i>Salata w śmietanie</i> [sałata lodowa, śmietana 18% kwaśna, cukier] <i>Kompot wiśniowy</i> [wiśnie mrożone ,cukier]

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