

JADŁOSPIS



	Pierwsze danie	Drugie danie
Poniedziałek, 14.09.2026 890 kcal 37 g białka 21 g tłuszczu 111 g węglowodanów	Krupnik [ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wieprzowa, kasza jęczmienna, mąka pszenna, śmietana 12%, por, zeberka, porcja rosółowa, natka pietruszki, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	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] Woda z miodem i cytryną [cytryna, miód pszczeli]
Wtorek, 15.09.2026 655 kcal 22 g białka 20 g tłuszczu 103 g węglowodanów	Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami [ziemniaki, seler, szpinak mrożony, brokuł mrożony, marchew, pietruszka, serek topiony gouda, por, grzanki (mąka pszenna, olej rzepakowy, serwatka w proszku (z mleka), sól, cukier, drożdże, jaja w proszku, lecytyna słonecznikowa), mąka pszenna, śmietana 12%, śmietana 36%, natka pietruszki, sól, przyprawy]	Gulasz z czerwonej soczewicy z kaszą jęczmienną [soczewica czerwona, passata pomidorowa, kasza jęczmienna, cebula, olej rzepakowy, sól, włoszczyzna mrożona paski, przyprawy] Bukiet warzyw gotowanych [bukiet warzyw mrożony (marchewka, kalafior, brokuł), masło klarowane, sól] Kompot owocowy [mieszanka kompotowa mrożona (aronia, porzeczka czerwona, truskawka, śliwka b/p), cukier]
Środa, 16.09.2026 780 kcal 24 g białka 24 g tłuszczu 115 g węglowodanów	Zupa gulaszowa [ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mięso z szynki, papryka czerwona, ogórki kiszzone, mąka pszenna, śmietana 12%, koncentrat pomidorowy, por, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Szare kłuski z masłem, cebulką i kapustą kiszoną gotowaną [szare kluski (ziemniaki, mąka pszenna, jaja, sól, olej rzepakowy), kapusta kiszona, cebula, masło klarowane, olej rzepakowy, sól, przyprawy] Banan Woda niegazowana
Czwartek, 17.09.2026 740 kcal 31 g białka 20 g tłuszczu 100 g węglowodanów	Rosół z makaronem [kurczak, marchew, pietruszka, seler, makaron (mąka makaronowa pszenna), por, natka pietruszki, sól, przyprawy]	Gyros drobiowy z sosem tzatziki i ryżem [mięso z piersi kurczaka, ryż paraboliczny, jogurt naturalny (mleko, śmietanka, żywe kultury bakterii jogurtowych), ogórek zielony, olej rzepakowy, przyprawa gyros, sól, przyprawy] Surówka z sałaty lodowej, pomidora i ogórka [sałata lodowa, pomidor, ogórek, olej rzepakowy, koperek, natka pietruszki, sól, przyprawy] Woda niegazowana
Piątek, 18.09.2026 805 kcal 29 g białka 25 g tłuszczu 120 g węglowodanów	Zupa koperkowa z kłuseczkami [ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, koperek, mąka pszenna, śmietana 12%, sól, przyprawy]	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 coleslaw [kapusta biała, marchew, jogurt naturalny, śmietana kwaśna 18%, cukier, sól, przyprawy] Kompot truskawkowy [truskawki mrożone b/p, cukier]

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