

JADŁOSPIS 29.09.2025 r. - 03.10.2025

DATA	I DANIE	II DANIE	DODATEK
Poniedziałek 29.09.2025r.	Zupa kalafiorowa z ryżem, chleb (10)	Spaghetti z filetem z kurczaka i żółtym serem + Jabłko (1,10)	Kompot truskawkowy
Wtorek 30.09.2025r.	Krupnik z kaszą jęczmienną, chleb (3,12)	Kotlet schabowy, buraczki tarte, ziemniaki + Arbuz (1,7)	Kompot wiśniowy
Środa 01.10.2025r.	Zupa pomidorowa z zacierką, chleb (1,7,10,12)	Gulasz drobiowy z fileta z kurczaka, surówka z marchewki z ananasem, ryż + Mus owocowy (1,10)	Kompot malinowy
Czwartek 02.10.2025r	Barszcz czerwony z ziemniakami, chleb (10,12)	Makaron z białym serem + Banan (1,10)	Kompot z czarnej porzeczki
Piątek 03.10.2025r.	Zupa brokułowa z ryżem, chleb (10)	Filet z dorsza panierowany, surówka z kapusty kiszanej z marchewką, ziemniaki + Gruszka (8,1,7)	Kompot śliwkowy

Alergeny znajdujące się w potrawach:

1- Pszenica, 2 – Żyto, 3 – Jęczmień, 4 – Owies, 5 – Orkisz, 6 – Skorupiaki, 7 – Jaja, 8 – Ryby, 9 – Soja, 10 – Mleko, 11 – Orzechy, 12 – Seler, 13 – Gorczyca, 14 – Szesam, 15 - Dwutlenek siarki / Siarczyny, 16 – Łubin, 17 – Mięczaki

Zapotrzebowanie kaloryczne:

Kaloryczność obiadów zawiera się w przedziale 601-735 kcal co stanowi około 35% dziennego zapotrzebowania kalorycznego wyliczonego ze średniego zapotrzebowania kalorycznego wszystkich osób uczęszczających na posiłki