

JADŁOSPIS 20.10.2025 r. - 24.10.2025

DATA	I DANIE	II DANIE	DODATEK
Poniedziałek 20.10.2025r.	Zupa grochowa z ziemniakami, chleb (1,10,12)	Ryż w sosie słodko-kwaśnym z kurczakiem + Pomarańcza (1,12)	Kompot z czarnej porzeczki
Wtorek 21.10.2025r.	Rosół na wywarze z kurczaka i wołowiny z makaronem, chleb (1,7,12)	Gotowany udziec z kurczaka ze smażoną cebulą, surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i rzodkiewką, ziemniaki + Napój jogurtowy (10,12)	Kompot malinowy
Środa 22.10.2025r.	Zupa brokułowa z zacierką, chleb (1,10,12)	Kotlet drobiowy, mizeria ze śmietaną, ziemniaki + Banan (1,7,10,12)	Kompot wiśniowy
Czwartek 23.10.2025r.	Zupa pieczarkowa z ryżem, chleb (1,10,12)	Kluski śląskie z gulaszem z szynki, ogórek kiszony + Jabłko (1,10,12)	Kompot truskawkowy
Piątek 24.10.2025r.	Zupa koperkowa z ryżem, chleb (1,10,12)	Paluszki rybne, surówka z kapusty kiszonej z marchewką i jabłkiem, ziemniaki + Kiwi (1,7,8)	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 – Sezam, 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