

JADŁOSPIS 01.06.2026 r. - 12.06.2026 r.

DATA	I DANIE	II DANIE	DODATEK
Poniedziałek 01.06.2026r.	Zupa jarzynowa z ziemniakami, chleb (1,10,12)	Spaghetti z kurczakiem i serem żółtym + Sok owocowy (1,7)	Kompot z czerwonej porzeczki
Wtorek 02.06.2026r.	Zupa pomidorowa z ryżem, chleb (1,10,12)	Kotlet mielony, biała kapusta młoda zasmażana, ziemniaki + Kiwi (1,7,10,12)	Kompot wiśniowy
Środa 03.06.2026r.	Zalewajka z ziemniakami i białą kiełbasą, chleb (1,9,10,12)	Makaron świderki z białym serem + Arbuz (1,7,10)	Kompot z czarnej porzeczki
<i>04-07.06.2026r. Przerwa</i>			
Poniedziałek 08.06.2026r.	Zupa ogórkowa z ziemniakami, chleb (1,10,12)	Kopytka + Banan (1,7,10)	Kompot truskawkowy
Wtorek 09.06.2026r.	Zupa kalafiorowa z ryżem, chleb (1,10,12)	Gulasz z szynki, kasza jęczmienna, sałatka z ogórka + Pomarańcza (1,3,12)	Kompot z czerwonej porzeczki
Środa 10.06.2026r.	Zupa pieczarkowa z zacierką, chleb (1,10,12)	Schab pieczony, surówka z białej kapusty z rzodkiewką, ogórkiem i papryką, ziemniaki + Truskawki (1,10,12)	Kompot truskawkowy
Czwartek 11.06.2026r.	Zupa koperkowa z ryżem, chleb (1,10,12)	Makaron z truskawkami + Jogurt (1,7,10)	Lemoniada pomarańczowa
Piątek 12.06.2026r.	Zupa brokułowa z zacierką, chleb (1,10,12)	Filet z miruny panierowany, surówka z kapusty kiszzonej z marchewką i jabłkiem, ziemniaki + Arbuz (1,7,8,12)	Kompot malinowy

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 posilki