JADŁOSPIS 02.11.2026 r. – 06.11.2026 r.

DATA	I DANIE	II DANIE	DODATEK
Poniedziałek 02.11.2026r.	Zupa krem z dyni z grzankami, chleb *(1,10,12)*	Pierogi z białym serem, sosem waniliowym i owocami + Banan, marchewka słupki *(1,7,10,12)*	Kompot truskawkowy
Wtorek 03.11.2026r.	Zupa koperkowa z zacierką, chleb *(1,10,12)*	Eskalopki z indyka, ryż, surówka z marchewki z pomarańczą + Mandarynka *(1,12)*	Kompot wiśniowy
Środa 04.11.2026r.	Zupa fasolowa z ziemniakami, chleb *(1,10,12)*	Kluski śląskie z gulaszem, ogórek kiszony + Jogurt pitny *(1,7,10,12)*	Kompot śliwkowy
Czwartek 05.11.2026r.	Krupnik z kasza jęczmienną, chleb *(1,3,10,12)*	Kotlet mielony, sałata lodowa z warzywami i jogurtem, ziemniaki + Kiwi *(1,7,10,12)*	Kompot porzeczkowy
Piątek 06.11.2026r	Zupa pomidorowa z ryżem, chleb *(1,10,12)*	Makaron w sosie śmietanowym z suszonymi pomidorami i łososiem, pomidorki koktajlowe + Mus owocowy *(1,7,8,10,12)*	Kompot truskawkowy

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 wynosi około 640 kcal co stanowi około 30% dziennego zapotrzebowania kalorycznego wyliczonego ze średniego zapotrzebowania kalorycznego wszystkich osób uczęszczających na posiłki