

JADŁOSPIS 05.10.2026 r. – 09.10.2026 r.

DATA	I DANIE	II DANIE	DODATEK
Poniedziałek 05.10.2026r.	Zalewajka z ziemniakami, chleb (1,10,12)	Spaghetti z kurczakiem i serem żółtym + Śliwka (1,9,12,13)	Kompot wiśniowy
Wtorek 06.10.2026r.	Krupnik z kaszą jęczmienną, chleb (1,3,10,12)	Kotlet mielony, buraczki gotowane, ziemniaki + Nektarynka (1,7,12)	Kompot porzeczkowy
Środa 07.10.2026r.	Krem z ciecierzycy z mozzarellą, chleb (1,9,10,12)	Kopytka z owocami + Jogurt pitny (1,7,10)	Kompot śliwkowy
Czwartek 08.10.2026r.	Zupa koperkowa z ryżem, chleb (1,10,12)	Gulasz drobiowy, surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem, rzodkiewką i papryką, kasza jęczmienna + Banan (1,3,10,12)	Kompot wiśniowy
Piątek 09.10.2026r.	Zupa kalafiorowa z zacierką, chleb (1,7,10,12)	Makaron kokardki w sosie śmietanowym z łososiem i pomidorami + Arbuz (1,7,8,10)	Kompot porzeczkowy

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 **569-695 kcal** co stanowi około 35% dziennego zapotrzebowania kalorycznego wyliczonego ze średniego zapotrzebowania kalorycznego wszystkich osób uczęszczających na posiłki