JADŁOSPIS 16.11.2026 r. – 20.11.2026 r.

DATA	I DANIE	II DANIE	DODATEK
Poniedziałek 16.11.2026r.	Zupa z soczewicą, chleb *(1,10,12)*	Pierogi z truskawkami/serem białym i śmietaną + Marchewka słupki, jogurt bez cukru *(1,7,10)*	Kompot wiśniowy
Wtorek 17.11.2026r.	Zupa koperkowa z ryżem, chleb *(1,7,10,12)*	Kotlet drobiowy, mizeria ze śmietaną, ziemniaki + Kiwi *(1,7,10,12)*	Kompot porzeczkowy
Środa 18.11.2026r.	Zalewajka z białą kiełbasą, chleb *(1,9,10,12)*	Makaron w sosie szpinakowo-śmietanowym z serkiem mascarpone + Mus owocowy *(1,7,10,12)*	Kompot truskawkowy
Czwartek 19.11.2026r.	Zupa brokułowa z zacierką, chleb *(1,7,10,12)*	Pulpety w sosie koperkowym, kasza jęczmienna, ogórek kiszony + Banan *(1,3,10,12)*	Kompot śliwkowy
Piątek 20.11.2026r	Zupa ogórkowa z ryżem, chleb *(1,7,10,12)*	Paluszki rybny, ziemniaki, sałata lodowa z warzywami i jogurtem + Mandarynka *(1,7,8,12)*	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 wynosi około 640 kcal co stanowi około 30% dziennego zapotrzebowania kalorycznego wyliczonego ze średniego zapotrzebowania kalorycznego wszystkich osób uczęszczających na posiłki