

JADŁOSPIS 16.03.2026 r. - 20.03.2026 r.

DATA	I DANIE	II DANIE	DODATEK
Poniedziałek 16.03.2026r.	Zupa pieczarkowa z ryżem, chleb (1,10,12)	Jajko sadzone, sałata masłowa ze śmietaną i rzodkiewką, ziemniaki + Mus owocowy (7,10,12)	Kompot śliwkowy
Wtorek 17.03.2026r.	Barszcz czerwony z ziemniakami, chleb (1,10,12)	Gulasz wieprzowy z szynki, kasza jęczmienna, ogórek kiszony + Gruszka (1,3,10)	Kompot z czerwonej porzeczki
Środa 18.03.2026r.	Zupa pomidorowa z ryżem, chleb (1,10,12)	Pulpety w sosie koperkowym, ziemniaki, surówka z kapusty czerwonej + Jabłko (1,7,10,12)	Kompot truskawkowy
Czwartek 19.03.2026r.	Rosół z makaronem, chleb (1,10,12)	Udziec z kurczaka opiekany, mizeria ze śmietaną, ziemniaki + Pomarańcza (1,10,12)	Kompot z czarnej porzeczki
Piątek 20.03.2026r.	Krem z dyni z groszkiem ptysiowym, chleb (1,10,12)	Makaron z białym serem i owocami + Jogurt owocowy (1,7,10)	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 posiłki