

JADŁOSPIS 03.11.2025 r. - 07.11.2025 r.

DATA	I DANIE	II DANIE	DODATEK
Poniedziałek 03.11.2025r.	Barszcz czerwony z ziemniakami, chleb (1,10,12)	Pierogi z mięsem + Pomarańcza (1,7)	Kompot z czarnej porzeczki
Wtorek 04.11.2025r.	Zupa ogórkowa z ryżem, chleb (1,10,12)	Pulpety w sosie pieczarkowym, kasza jęczmienna, surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem i marchewką + Kiwi (1,7,10,12)	Kompot truskawkowy
Środa 05.11.2025r.	Zupa jarzynowa z ziemniakami, chleb (1,10,12)	Naleśniki z serem, bitą śmietaną i owocami + Jabłko (1,7,10,15)	Kompot wiśniowy
Czwartek 06.11.2025r.	Zupa fasolowa z ziemniakami, chleb (1,10,12)	Spaghetti z kurczakiem i żółtym serem + Mus owocowy (1,7,10)	Kompot malinowy
Piątek 07.11.2025r.	Zupa kalafiorowa z zacierką, chleb (1,7,10,12)	Filet z dorsza panierowany, ziemniaki, surówka z kapusty kiszzonej z jabłkiem i marchewką + Actimel (1,7,10)	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 – Szesam, 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