

JADŁOSPIS 23.03.2026 r. - 27.03.2026 r.

DATA	I DANIE	II DANIE	DODATEK
Poniedziałek 23.03.2026r.	Zupa jarzynowa z ziemniakami, chleb (1,10,12)	Makaron w sosie śmietanowym ze szpinakiem i filetem z indyka + Banan (7,10,12)	Kompot z czarnej porzeczki
Wtorek 24.03.2026r.	Zupa brokułowa z zacierką, chleb (1,10,12)	Kotlet mielony, buraczki, ziemniaki + Mandarynka (1,7)	Kompot z czerwonej porzeczki
Środa 25.03.2026r.	Krem z marchewki z grzankami, chleb (1,10,12)	Pierogi z serem i owocami + Serek truskawkowy (1,7,10)	Kompot wiśniowy
Czwartek 26.03.2026r.	Zupa koperkowa z ryżem, chleb (1,10,12)	Kotlet drobiowy, mizeria ze śmietaną, ziemniaki + Kiwi (1,10,12)	Kompot truskawkowy
Piątek 27.03.2026r.	Zupa pomidorowa z ryżem, chleb (1,10,12)	Filet z dorsza panierowany, surówka z kapusty kiszzonej z marchewką i jabłkiem, ziemniaki + Sok owocowy (1,7,8,12)	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 – 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