

Jadłospis

Porcja

Owoc

Poniedziałek 08.06.2026r.	Zupa grochówka na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami. Makaron z serem. Kompot owocowy. Kalorie-834 %, Białko-43,0%, Tłuszcz-22,0%, węglowodany-89,0%	1,3,7,9	Zupa- 300/380ml Makaron z serem- 350g Kompot—200ml	Jabłko 1 szt
Wtorek 09.06.2026r.	Kawałki kurczaka w sosie słodko-kwaśnym po chińsku, ryż, kompot owocowy. Kalorie-594,0%, Białko 10,8%, Tłuszcze-13,6%, Węglowodany-74,0%	1,3,7,9	Mięso- 80/120g Ryż - 120/150g Kompot- 200ml	Kiwi 1 szt
Środa 10.06.2026r.	Pulpety z mięsa mielonego w sosie pomidorowym, ziemniaki, surówka z marchewki, kompot owocowy. Kalorie-603 %, Białko-36,5% Tłuszcz-25,6%, Węglowodany-74,4%	1,3,7,9	Mieso-100/130g Ziemniaki-120/150g Surówka-80g Kompot-200ml	Mandarynka 1 szt
Czwartek 11.06.2026r.	Puszyste kotleciki z kurczaka smażone, ryż, kompot owocowy, surówka z białej kapusty Kalorie-508,0% Białko-24,6% Tłuszcz-31,7% węglowodany-61,0%	1,3,7,9	Kotleciki--80/120g Ryż - 120/150g Surówka-- 80/100g Kompot- 200ml	Gruszka 100g
Piątek 12.06.2026r.	Zupa warzywna na wywarze mięsny, ziemniaki, baton zbożowy. Kubaś owocowy . Kalorie-420 %, Białko-9,1%, tłuszcze-9,8%, węglowodany-82,2%	1,3,7,9	Zupa - 300/350g Kubaś - 200ml Baton zbożowy- 1 szt	Banan- 1szt
Poniedziałek	Zupa kapuśniak z ziemniakami na wywarze		Zupa-300/380ml	Jabłko

15.06.2026r.	mięsno-warzywnym. Bułka drożdżowa. Kompot owocowy. Kalorie-595,0% Białko-19,1 % Tłuszcz-25,0% Węglowodany-70,0%	1,3,7,9	Kompot -200ml Bułka drożdżowa- 1szt	100g
Wtorek 16.06.2026r.	Skrzydółka z kurczaka duszone, ziemniaki, surówka kapusty pekińskiej z marchewką. Kompot owocowy. Kalorie-574,0% Białko-25,5% tłuszcz-46,0% węglowodany-21,2%	1,3,7,9	Ziemniaki- 140/200g Mięso - 100/150g Surówka- 80g Kompot- 200ml	Kiwi sztuka
Środa 17.06.2026r.	Spagetti z mięsem mielonym w sosie pomidorowym, makaron spaghetti , kompot owocowy . Kalorie 814 % białko-13,5% tłuszcze-23,10% węglowodany-89,0 %	1,3,7,9	Sos- 120/150g Makaron- 120/150g Kompot 200ml	Gruszka 100g
Czwartek 18.06.2026r.	Gulasz z karkówki duszony z warzywami , kasza gryczana i jęczmienna, ogórek kiszony, kompot owocowy. Kalorie-773 % Białko-32,5% Tłuszcz—40,0% Węglowodany-70,0%	1,3,7,9	Gulasz- -100-150g Kasza- 130-150g Kompot- 200ml	Jabłko- 1 szt
Piątek 19.06.2026r.	Paluszki rybne z fileta , sos pieczeniowy, ziemniaki, surówka z kapusty kiszonej, kompot owocowy, Kalorie- 509% białko-18,5% tłuszcze-19,0% węglowodany-61,20%	1,3,4,7,9	Paluszki - 80/130g Ziemniaki 120/150g Surówka 100/120g Kompot 200ml	Banan 100g

Z przyczyn niezależnych jadłospis może ulec zmianie. Dostęp do wody mineralnej bez ograniczeń.