

	PONIEDZIAŁEK 27.10.2025	WTOREK 28.10.2025	ŚRODA 29.10.2025	CZWARTEK 30.10.2025	PIĄTEK 31.10.2025
ŚNIADANIE	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ pasztet 15g/1/ ser łaciaty 15g/7/ ogórek 20g/pomidor; herbata owocowa 250ml; <i>Ok.300kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Szynka gotowana 15g/1,7,8/ Ser w plastrach 15g/7/ Ogórek zielony 20g/papryka; Herbata 200ml; <i>Ok.320kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ parówka na ciepło 1szt; ser z rzodkiewką 15g/7/ Ketchup; pomidor/ ogórek 20g; herbatka ziołowa 250ml; <i>Ok.400kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Pasta mięsna 15g/3/ Ser kanapkowy 15g/7/ papryka / ogórek; herbata owocowo-ziołowa 250ml; <i>Ok.330kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Pasta z żółtego sera 15g/3,7/ Powidła śliwkowe 15g; ogórek 20g/sałata; herbata owocowa 250ml; <i>Ok.340kcal</i>
II Śniadanie	Owoc 1szt. <i>Ok. 80kcal</i>	Ciastka Bartusie (z czerwoną porzeczką i serem) 2szt./1,3,7/; [wyr. włas.] <i>Ok.180kcal</i>	owoc 1szt.; <i>Ok.80kcal</i>	Ciasteczka bebe 2 paczuski/1,3,7/ <i>Ok.120kcal</i>	Owoc 1szt.; <i>Ok.80kcal</i>
OBIADY	Kapuśniak z pomidorami 200ml/9/ (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, kapusta biała, pomidory, przyprawy) Makaron świderki 150g/1,3/ Sos carbonare 100g/1,9/ (boczek wędzony, śmietanka, cebulka, przyprawy) woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.680kcal</i>	Zupa pomidorowa z ryżem 200ml/9/ (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, przecier pomidorowy, ryż, przyprawy) Ziemniaki z koperkiem 150g; Pieczony schab w sosie 100g/1,9/ (schab wp, przyprawy) Gotowana czerwona kapusta 100g/9/ woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.700kcal</i>	Zupa krem marchewkowy 200ml/9/ (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, marchewka, przyprawy) Pyzy 2szt/1,3,7/ Sos myśliwski 100g/1,9/ (kielbasa jarmarczna, cebula, przecier pomidorowy, pieczarki, ogórek kwaszony, papryka, przyprawy) woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.670kcal</i>	rosół z makaronem 200ml/1,3,9/ (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, makaron nitki, marchewka, natka pietruszki, przyprawy) ziemniaki z koperkiem 150g; pieczony kurczak; (kurczak, przyprawy) surówka koperkowa 100g/9/ woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.720kcal</i>	Zupa fasolowa 200ml/1,9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, warzywa, fasola jaś, przyprawy) Placki ziemniaczane na słodko 2szt./1,3/ (ziemniaki, mąka, jajko, cebulka, przyprawy) woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.650kcal</i>
Podwieczorek	Bułka mleczna 1szt/1,3,7/ <i>Ok.60kcal</i>	Wafle ryżowe 2szt; Mus owocowy 30ml; <i>Ok.120kcal</i>	Salatka z tuńczykiem (mix sałat, pomidor, ogórek, papryka, tuńczyk, sos vinegrett, przyprawy)/4/ 120g; <i>Ok. 130kcal</i>	Chrupkie pieczywo 2szt; Warzywa w słupkach 20g; <i>Ok. 120kcal</i>	Bułka graham 1/2szt./1,3,7/ Serek z papryką 15g/7/ <i>Ok. 120kcal</i>
Wartości odżywcze	Ok. 1120kcal B: 16g-13%; T: 49g-35%; W: 186g- 52%	Ok.1320kcal B: 20g-18%; T:55g-33%; W: 169g- 49%	Ok. 1280kcal B: 17g-14%; T:53g-33%; W: 188g- 53%	Ok. 1290kcal B:22g-18%; T: 52g-35%; W: 170g- 47%	Ok. 1190kcal B:15g-13%; T: 58g-36%; W: 190g- 51%

Dostawca zastrzega możliwość wprowadzenia zmian w jadłospisie.

ALERGENY: /1/-gluten; /2/-skorupiaki; /3/-jaja; /4/-ryby; /5/-orzeczki ziemne; /6/-soja; /7/-mleko; /8/-orzechy; /9/-seler; /10/-gorczyca; /11/-nasiona sezamu; /12/-dwutlenek siarki; /13/-łubin; /14/-mięczaki

*B- białko, T- tłuszcze, W- węglowodany