



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 16.03.2026

ŚNIADANIE 410 KCAL

- Chałka drożdżowa 50 g, masło 10 g,
Płatki kukurydziane na mleku 150ml, Dżem niskosłodzony truskawkowy 10g

- Herbata wiśniowa 150ml

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE) 123 + 540 KCAL

- Zupa koperkowa z ziemniakami 250 ml

- Makaron kokardki z twarogiem na słodko 150g z musem jogurtowo-malinowy 40g

- Kompot wieloowocowy 150 ml

- Danonki do picia 100g

PODWIECZOREK 85 KCAL

WTOREK 17.03.2026

ŚNIADANIE 380 KCAL

- Pieczywo mieszane 50g z masłem 10g, wędlina drobiowa 20g,
Jajko gotowane 20g, sałata, ogórek, szczypior,
pomidor, rzodkiewka, kiełki

- Herbata owocowa 150 ml

- Zupa Kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami 250 ml

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE) 110 + 440 KCAL

- Kotlet pożarski(80g) i ziemniaki(100g)

- Surówka warzywa rustykalne 100g

- Lemoniada 150 ml

- Banan 70g

PODWIECZOREK 105 KCAL

ŚRODA 18.03.2026

ŚNIADANIE
270 KCAL

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)
200 + 510 KCAL

PODWIECZOREK
45 KCAL

CZWARTEK 19.03.2026

ŚNIADANIE
380 KCAL

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)
220 + 470 KCAL

PODWIECZOREK
32 KCAL

PIĄTEK 20.03.2026

ŚNIADANIE
280 KCAL

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)
170 + 390 KCAL

PODWIECZOREK
100 KCAL

- Pieczywo mieszane 50g z masłem 10g,
Pasta rybna pomidorowa 40g, ogórek kiszony

- Herbata lipowa 150ml
- Zupa Gołąbkowa 250ml

- Bitki wieprzowe(80g) w sosie pieczeniowym(60g) z ziemniaki(100g)
- Surówka przysmak litewski 100g
- Kompot wieloowocowy 150 ml
- Suszone chipsy jabłkowe o smaku mango 12g

- Pieczywo mieszane 50g z masłem 10g, wędlina wieprzowa 20g,
sałata, ogórek, szczypior, pomidor, rzodkiewka, kiełki

- Herbata owocowa 150ml
- Zupa Grochowa z ziemniakami 250 ml

- Filet pieczony z kurczaka(80g) w sosie pieczarkowym(60g) i ryżem(100g)
- Surówka z kapusty i koprem 100g
- Woda 150 ml
- Mandarynka 70g

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna 50g z masłem 10g,
Kasza manna na mleku 150 ml, dżem niskosłodzony 10g

- Herbata owoce leśne 150ml
- Zupa Barszcz czerwony z ziemniakami 250ml

- Ryba panierowana(80g) z ziemniakami purre(100g)
- Surówka z kapusty kiszonej 100g
- Lemoniada 150 ml
- Mus jabłkowy 100g