



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 19.01.2026

ŚNIADANIE
288 KCAL

- Pieczywo mieszane/bułka pszenna 50 g, masło 10 g, Paszтет drobiowy 40g, papryka czerwona, ogórek świeży

- Herbata miętowa 150ml

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)
137 + 451 KCAL

- Krupnik z ziemniakami 250 ml

- Pampuchy drożdżowe 120g i sos jogurtowo-jagodowy 40g

- Kompot wieloowocowy 150 ml

- Mus jabłkowy kubuś 100g

PODWIECZOREK
100 KCAL

WTOREK 20.01.2026

ŚNIADANIE
290 KCAL

- Pieczywo mieszane 50g z masłem 10g, wędlina wieprzowa 20g, twaróg ze szczypiorkiem 20g, sałata, ogórek, szczypior, pomidor, rzodkiewka, kiełki 40g

- Herbata owocowa 150 ml

- Pomidorowa z makaronem 250 ml

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)
150 + 493 KCAL

- Kotlet mielony wieprzowy 80g i ziemniaki 100g

- Buraczki na ciepło 100g

- Lemoniada 150 ml

PODWIECZOREK
45 KCAL

- Suszone chipsy jabłkowe o smaku mango 12g

ŚRODA 21.01.2026

ŚNIADANIE
415 KCAL

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)
170 + 538 KCAL

PODWIECZOREK
105 KCAL

CZWARTEK 22.01.2026

ŚNIADANIE
449 KCAL

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)
130 + 484 KCAL

PODWIECZOREK
290 KCAL

PIĄTEK 23.01.2026

ŚNIADANIE
256 KCAL

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)
198 + 451 KCAL

PODWIECZOREK
75 KCAL

- Pieczywo mieszane 50g z masłem 10g, pasta z jajek i szynki 40g, papryka

- Herbata lipowa 150ml
- Fasolowa z ziemniakami 250 ml

- Stronogof z szynki wieprzowej 150g i kopytka 100g

- Kompot wieloowocowy 150 ml
- Banan 70g

- Pieczywo mieszane 50g z masłem 10g, wędlina drobiowa 20g, sałata, ogórek, szczypior, pomidor, rzodkiewka, pesto z bazylii

- Herbata owocowa 150ml
- Szczawiowa z ziemniakami i jajkiem 250 ml

- Kotlet schabowy panierowany 80g i ziemniaki 100g
- Marchewka z groszkiem 100g

- Woda 150 ml
- Pączek z marmoladą 80g

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

- Herbata z cytryną 150ml
- Żurek z ziemniakami 250ml

- Panierowany filec rybny w chrupiącej panierce 80g i ziemniaki puree 100g
- Surówka z kapusty pekińskiej 100g

- Lemoniada 150 ml
- Jabłko 70g