JADŁOSPIS



Dzień	I Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
21.09.2026 Poniedziałek	Pieczywo mieszane (70g)z masłem(10g), ser mleczny (40g), rzodkiew (20g), szczypior (2g), dżem owocowy bez cukru (6g), herbata z miodem i cytryną (150ml/2g/1ml)*6,1	Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym (250ml), kasza pęczak (40g), pulpet drobiowy (60g) w sosie koperkowym (50ml), surówka z marchewki i jabłka (100g), kompot owocowy (150ml).*8,6,1	Koktajl mleczno-bananowy (150ml), gruszka (150g-**87 kcal**)*6,1
22.09.2026 Wtorek	Płatki kukurydziane na mleku (20g+150ml, pieczywo mieszane (50g)z masłem(10g) filet z kurczaka (25g), pomidor(30g), sałata(5g), dżem owocowy Łowicz gładki(6g), herbata z miodem i cytryną (150ml/2g/1ml).*6,1	Zupa ogórkowa (250ml), ziemniaki z koperkiem (100g), kotlet z piersi kurczaka (60g), surówka z kapusty, marchewki i koperku ze śmietaną (100g), kompot owocowy(150ml). *8,6,1	Jogurt naturalny BIO (100g), winogrona (100g)*6,1
23.09.2026 Środa	Płatki owsiane na mleku (15g+150ml), pieczywo mieszane (50g)z masłem(10g) szynka gotowana (25g), ogórek(25g), sałata(3g), herbata z miodem i cytryną((150ml/2g/1ml)*6,1	Zupa szpinakowa z jajkiem (250ml), fasolka po bretońsku wegańska (100g), grahamka (50g), kompot owocowy (150ml).*8,6,2,1	Jogurt z truskawkami (150ml), orzechy (10g), *6,1
24.09.2026 Czwartek	Pieczywo mieszane (70g)z masłem(10g), twarożek (30g), dżem owocowy bez cukru (12g), kalarepa(30g), szczypiorek(2g), herbata z miodem i cytryną (150ml/2g/1ml).*6,1*6,1	Rosolnik na bulionie drobiowym (250ml), ziemniaki z koperkiem (150g), kotlet z rybny (60g), surówka z kapusty pekińskiej (100g), kompot owocowy(150ml). *8,6,1	Czekoladowa kasza jaglana (150ml), śliwka (100g)*6,1
25.09.2026 Piątek	Kakao (150ml), pieczywo mieszane (70g)z masłem(10g), hummus (20g), szczypiorek(2g), papryka(25g), dżem owocowy Łowicz gładki(6g),herbata owocowa(150ml)*6,1	Zupa pomidorowa z makaronem (250ml), ryż(150g), jajko (55g) w sosie chrzanowym (50ml), warzywa na parze (100g), kompot owocowy(150ml).*8,6,2,1	Grahamka (30g) z twarożkiem śmietankowym (30g), herbatka owocowa (150ml), ogórek (50gl)*7,6,1

Dyrekcja zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.

* indeksy określające alergen