JADŁOSPIS



Dzień	I Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
28.09.2026 Poniedziałek	Pieczywo mieszane (70g)z masłem(10g), serek wiejski (50g), rzodkiewka (20g), szczypior(2g), dżem owocowy bez cukru (6g), herbata z miodem i cytryną (150ml/2g/1ml-**17kcal**)*6,1	Zupa brokułowa na wywarze warzywnym (250ml), makaron ze szpinakiem, śmietaną i czosnkiem (150g+60g), sok 100% (150ml)*8,6,2,1	Paluch z sezamem(50g), mleko waniliowe (150ml), jabłko (100g).*6,1
29.09.2026 Wtorek	Płatki owsiane na mleku (20g+200ml), Pieczywo mieszane (60g)z masłem(10g) filet z kurczaka (25g), pomidor(30g), sałata(5g), dżem owocowy Łowicz gładki (6g), herbata z miodem i cytryną (150ml).*6,1	Kapuśniaczek z młodej kapusty na wywarze warzywnym (250ml), makaron durum (50g-suchy)z sosem z soczewicy w pomidorach (50g), crudites (marchew**)**, kompot owocowy(150ml)*8,6,2,1	Koktajl z bananami (150ml), orzechy(6g)*6,1
30.09.2026 Środa	Pieczywo mieszane (70g**)**z masłem(10g**)**, twarożek (25g), kalarepa(30g), szczypiorek(2g), herbata z miodem i cytryną(150ml).*6,1*6,1	Krem z białych warzyw (250ml), kasza jeczmienna (150g), pulpet wieprzowy w sosie śmietanowym (60g), surówka z kapusty pekińskiej (100g), kompot owocowy (150ml)*8,6,2,1	Jogurt BIO naturalny (120g), ciasteczko z suszonymi owocami (12,5g), *6,1
01.10.2026 Czwartek	Kakao(150ml),pieczywo mieszane (70g**l**)z masłem(10g)schab pieczony (25g), ogórek(25g), sałata(3g), dżem owocowy Łowicz gładki(6g), herbata owocowa(150ml).*6,1	Rosół (250ml), ziemniaki z koperkiem (100g),ryba smażona(80g), surówka z kapusty kiszonej (100g), kompot owocowy(150ml)*8,6,2,1	Kasza manna na mleku(150g), truskawki(30g),*6,1
02.10.2026 Piątek	Pieczywo mieszane (70g)z masłem(10g), jajko gotowane(30g) w sosie jogurtowym(25ml), papryka (25g), szczypiorek(2g), dżem owocowy Łowicz gładki(6g), kawa inka(150ml)*6,3,1	Zupa jarzynowa (250ml), ryż(150g),potrawka z kurczaka z marchewką z groszkiem (170g) *8,6,2,1	Sernik(50g), herbata owocowa(150ml), jabłka suszone(12g)*10,6,1

Dyrekcja zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.

* indeksy określające alergen