

Date	Wartość Odżywczego jadospisu	ŚNIADANIE	OBIAŁ	PODWIECZOREK
16.03.2026 PONIEDZIAŁEK Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1020 B(g):33 T(g):29 W(g):121	herbata, pieczywo mieszane, masło, ser, szynka, ogórek II. banan	-zupa pomidorowa-250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, sól, pieprz, liście laurowe, ziele angielskie, koncentrat pomidorowy, makaron śmietana -pieczeń wieprzowa-80 g Składniki: mięso wieprzowe, sól, pieprz -ziemniaki puree -150 g -groszek z marchewką-50 g Składniki: marchewka, groszek, cukier, sól, masło, mąka -woda niegazowana z cytryną -200 ml	Herbata- 200ml, kasza manna z sokiem owocowym - warzywa
17.03.2026 WTOREK Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1020 B(g):32 T(g):30 W(g):130	kakao, pieczywo mieszane, masło , parówki na ciepło, sos pomidorowy II. mandarynka	-krupnik-250 ml Składniki: wywar warzywny(seler, por, pietruszka, marchew), ziemniaki, kasza, sól, ziele angielskie, liście laurowe, śmietana, natka pietruszki -naleśniki -200 g Składniki: mąka, jaja, mleko, cukier, sól, dżem owocowy -woda niegazowana z pomarańczą-200 ml	herbata, owsianka na mleku z owocami -warzywa
18.03.2026 Środa Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1028 B(g):30 T(g):29 W(g):122	Kawa zbożowa na mleku, pieczywo mieszane z masłem, szynka, sałata II. jabłko	-zupa ryżowa -250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz, ryż, natka pietruski -kotlet schabowy-80 g Składniki: schab wieprzowy, sól, pieprz, mąka, jaja, bułka tarta -ziemniaki-150 g -kapusta zasmażana-50 g Składniki: kapusta, koperek, cukier, ocet, masło, mąka -woda niegazowana z pomarańczą-200 ml	Herbata, bułka maślana, twarożek - warzywa
19.03.2026 Czwartek Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1020 B(g):31 T(g):29 W(g):125	kakao, pieczywo mieszane, masło, wedlina , pasztet, ogórek II. gruszka	-zupa ziemniaczana -250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe, ziemniaki, boczek wędzony, natka pietruszki -kurczak gotowany w białym sosie-80 g Składniki: mięso drobiowe, sól, pieprz, mąka, masło, śmietana, sok z cytryny, rodzynki -ryż-150 g -woda niegazowana z cytryną i miętą-200 ml	herbata 200 ml, ciasto marchewkowe składniki: mąka, jaja, olej rzepakowy, marchew, kakao, soda oczyszczona, cukier - warzywa
20.03.2026 PIĄTEK Alergeny: 1,3,4,7,9	E(kcal):1023 B(g):28 T(g):30 W(g):130	herbata, pieczywo mieszane z masłem, , pasta jajeczna, szczypiorek II. jogurt owocowy	-zupa marchwiowa- 250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, groch, ziemniaki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki -filet z soli-80 g Składniki: filety rybne, sól, pieprz, mąka, jaja, bułka tarta -ziemniaki-150 g -surówka z kiszonej kapusty 50 g Składniki: kapusta kiszona, cebula, sól, cukier, olej rzepakowy - woda niegazowana z cytryną	herbata, kisiel owocowy z sosem śmietankowym - warzywa