

JADŁOSPIS od 12 03 do 21 03 2026

DZIEŃ	ŚNIADANIE	ILOŚĆ	II ŚNADACZANIE	Ilość	OBIAD	Ilość	PODWIECZOREK	ILOŚĆ	KOLACJA	Ilość
SB 14 03 1800 kcal	Pieczywo ,graham,żytnie(1,11) masło Śmietankowe (7) jajo na twardo(3) pomidor,szczypiorek	100g 15g 30g 30g	Jabłko pieczone z cynamonem	100g	Zupa jarzynowa na porcji rosółowej Ziemniaki kalafior,brukselka,fasolka szparagowa śmietana 18%, marchew,seler,pietruszka,por porcja rosółowa (9) Ryż na sypko Potrawka mięsno warzywna kompot wiśniowy (wiśnie mrożone ,woda ,cukier)	450ml	Kanapka z masłem, szynka, pomidor, (1,7,10,6)	100g	Pieczywo pszenne (1,11) masło śmietankowe (7) ser topiony(7) ogórek zielony szynka z indyka(10,6)	100g 15g 30g 30g 30g
	Poledwica sopocka(10,6) herbata zwykła z cytryną	60g 250g	Woda nie gazowana	250 ml	Woda z sokiem malinowym	100g 60g 250ml	250ml	Herbata miętowa	250ml	
ND 15 03 1760 kcal	Pieczywo zwykłe,żytnie,graham(1, 11) masło śmietankowe(7) szynka prasowana(10,6) dżem morelowy pomidor	100g 15g 60g 60g 30g	Babka wypiek własny(7,3,1) Woda niegazowana	100g 250 ml	Rosół z makaronem(9,1) Udko duszone Ziemniaki Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką,porą i oliwą kompot malinowy(maliny,mrożon e,woda)	450ml 100g	Kanapka z masłem serem żółtym i sałatą (1,7) Kefir z jagodami mrożonymi(7)	100g 100ml	Pieczywo pszenne(1,11) masło śmietankowe(7) sałatka jarzynowa z ryżem (ogórek,kiszony,jaja marchewka,pietruszka, seler,majonez)(3,7,9) poledwica sopocka(10,6) herbata ziołowa	100g 15g 100g 250ml
	Herbata zwykła z cytryną	250ml								

JADŁOSPIS od 12 03 do 21 03 2026

DZIEŃ	ŚNIADANIE	ILOŚĆ	II ŚNADACZANIE	Ilość	OBIAD	Ilość	PODWIECZOREK	ILOŚĆ	KOLACJA	Ilość
PN 16 03 2040kcal	Pieczyno mieszane(1,11) masło Śmietankowe(7) twaróg ze śmietaną i szczypiorkiem(7) pomidor	100g 15g 40g 30g	Jogurt owocowy (7)	100 ml	Zupa brokułowa na porcji rosółowej (ziemniaki, brokuł, marchew, pietruszka, seler, śmietana 18% (9,7,1) Makaron(1,3) Sos pieczarkowy(7,1) Surówka z kapusty białej z marchewką, porą i oliwą kompot wiśniowy (wiśnie mrożone)	450ml 100g 60 ml 100g 250ml	Kanapka z masłem szynka, pomidor, sałata(7,1,10,6) maślanka(7)	100g	Piecyno mieszane (zwykły graham, wielozłarnisty) (1) masło śmietankowe pasztetowa(10,6) rzodkiewka tarta połędwica z indyka(10,6) Herbata miętowa	100g 15g 30g 30g 250ml
	herbata zwykła z cytryną	250ml								
WT 17 03 1960kcal	Pieczyno mieszane(zwykły, graha m, wieloziarnisty)(1,11) masło śmietankowe(7) ser topiony(7) mielonka extra(10,6) pomidor	100g 15g 30g 30g 30g	Bułka maślana z kruszonką (1,3,7) Herbata ziołowa	100g 250 ml	Zupa koperkowa z zacierką na porcji rosółowej (9) ziemniaki pulpety w sosie pieczeniowym (1,3) surówka z kapusty czerwonej z porą i majonezem(3) kompot jabłkowy(jabłko, woda)	450ml 100g 60/30 g 100g 250ml	Kanapka z masłem serem żółtym i sałata (7,1)	100g	Piecyno pszenne(1) masło śmietankowe(7) połędwica drobiowa(10,6) sałatka makaronowa z szynką(1,3,10,6) herbata zwykła z cytryną	100g 60g 60g 250ml
	Kawa inka z mlekiem (7,1)	250ml								

JADŁOSPIS od 12 03 do 21 03 2026

DZIEŃ	ŚNIADANIE	ILOŚĆ	II ŚNADACZANIE	Ilość	OBIAD	Ilość	PODWIECZOREK	ILOŚĆ	KOLACJA	Ilość
ŚR 18 03 2005kcal	Pieczywo graham żytnie(1,11) masło Śmietankowe(7) marmolada owocowa	100g 15g 30g	Jabłko pieczone z cynamonem Woda niegazowana	100g 250 ml	Zupa jarzynowa na porcji rosołowej (1,9,3) (ziemniaki marchew,seler,pietruszką,por kalafior,,porcja rosołowa)	450ml 100g 60g 100g 250ml	Kanapka z masłem szynka, pomidor, sałata(7,1,10,6)	100g	Pieczywo pszenne(1,11)	100g
	Szynka drobiowa(10,6) Pomidor,szczypior herbata rumiankowa z cytryną	60g 50g 250ml			masło śmietankowe(7) szynka prasowana(10,6) ogórek zielony ser żółty(7) Herbata miętowa				15g 60g 30g 30g 60g 250ml	
CZW 19 03 1980kcal	Pieczywo(graham,wielo ziarnisty)(1,11) masło śmietankowe(7) połędwica drobiowa(10,6) jajo na twardo(3) pomidor	100g 15g 60g 30g 30g	Bułka zwykła z masłem (7,3,1) Herbata miętowa	100g 250 ml	Zupa kalafiorowa na porcji rosołowej zabiłana (marchew,seler,por ,kalafior pietruszką,,) (7,9) spaghetti(1)	450ml 100g 60g 100g 250ml	Kanapka z masłem serem żółtym i sałata (7,1)	100g	Pieczywo pszenne(1,11)	100g
	Kawa inka z mlekiem (1,7)	250ml			masło śmietankowe(7) pasta rybna(twaróg,ryba wędzona,majonez,pr zyprawy) szynka delikatna(10,6) herbata miętowa				15g 60g 60g 250ml	

