



JADŁOSPIS 08.06- 19.06.2026r

DATA	OBIAD
Poniedziałek 08.06.2026 Kcal 620	<i>Krupnik zabelany z ziemniakami 300ml</i> <i>/marchew pietruszka, seler, kapusta włoska, cebula,</i> <i>Kasza jęczmienna, ziemniaki, mąka pszenna, śmietana/</i> <i>Spaghetti bolońskie 200g</i> <i>/szynka wieprzowa ,cebula, papryka, olej, pomidory, mąka pszenna, jaja/</i> <i>Sok wiśniowo-jabłkowy 200ml</i>
Wtorek 09.06.2026 Kcal 650	<i>Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml</i> <i>/ogórek kiszony, marchew, pietruszka, cebula, mąka pszenna, śmietana/</i> <i>Gulasz drobiowy 90g/60ml</i> <i>/filet z kurczaka, mąka pszenna, olej, cebula/</i> <i>Kasza bulgur 60g</i> <i>Surówka Colesław 120g</i> <i>Kompot truskawkowy 250ml</i>

<p>Środa 10.06.2026</p> <p>Kcal 630</p>	<p>Zupa góralska na wędzonce z ziemniakami, majerankiem 300ml / fasolka biała drobna ,cebula, marchew, pietruszka, ziemniaki, boczek, mąka pszenna/ ryż z musem truskawkowo- jogurtowym 60g/100ml / jogurt, truskawka ,cukier, masło/ kompot owocowy 250ml</p>
<p>Czwartek 11.06.2026</p> <p>Kcal 640</p>	<p>Zupa jarzynowa z makaronem i natką pietruszki 300ml /kurczak, śmietana, mieszanka wielowarzywna, marchew, pietruszka, seler, por, mąka pszenna, jaja/ Ziemniaki z koperkiem 200g Bryzol wołowy z pieczarkami i cebulką 90g /wołowina rostbef, jaja, cebula, olej, mąka pszenna/ Sałatka z pomidora malinowego z cebulką 120g /pomidor malinowy, zielona cebulka/ kompot owocowy 250ml</p>
<p>Piątek 12.06.2026</p> <p>Kcal 630</p>	<p>Grochówka na wędzonce 300ml /groch, marchew, pietruszka, żeberka wędzone/ pierogi z truskawkami ze śmietanką 200g /mąka pszenna, jaja, śmietana / Jogurt owocowy Actimel 100g Lemoniada 250ml / mięta, cytryna, miód, pomarańcz/</p>
<p>Poniedziałek 15.06.2026</p> <p>Kcal 640</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml /marchewka, pietruszka, kurczak, koperek, śmietana/ Kluski na parze z sosem truskawkowym 200g/50ml /mąka pszenna, mleko, jaja/ Sok pomarańczowy 250ml</p>
<p>Wtorek 16.06.2026</p> <p>Kcal 650</p>	<p>Zupa brokułowa z ryżem 300ml / marchew, pietruszka, brokuł, mąka pszenna, śmietana/ Kotlet wieprzowy 90g /schab , mleko, jaja ,mąka pszenna , bułka tarta, olej/ ziemniaki z koperkiem 200g sałatka grecka 120g /sałata lodowa, roszponka, pomidor koktajlowy, ogórek świeży, oliwki czarne , ser feta, oliwa/ kompot agrestowy 250ml</p>

<p>Środa 17.06.2026</p> <p>Kcal 630</p>	<p><i>Zupa z czerwonej soczewicy , pomidorów i czosnku z ziemniakami 300ml,</i> <i>/ soczewica, ziemniaki, por, kapusta włoska , marchew, pietruszka, kurczak/</i> <i>naleśniki z twarogiem i sosem straciatella 200g/ 50ml</i> <i>/mąka pszenna, jaja, mleko, olej, twaróg, jogurt , czekolada /</i> <i>Salatka owocowa 70g</i> <i>/arbuz, banan, pomarańcz, gruszka/</i> <i>sok pomarańczowy 200ml</i></p>
<p>Czwartek 18.06.2026</p> <p>Kcal 630</p>	<p><i>Barszcz ukraiński z fasolką i ziemniakami 300ml</i> <i>/burak, barszcz kiszony, czosnek, marchew, pietruszka, cebula, śmietana, mąka pszenna, bulion mięsny/</i> <i>Krokiety z mięsem 200g</i> <i>/mąka pszenna, jaja, łopatką wieprzowa, cebula, olej/</i> <i>Kompot wiśniowo – jabłkowy 250ml</i> <i>Mus owocowy</i></p>
<p>Piątek 19.06.2026</p> <p>Kcal 640</p>	<p><i>Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml</i> <i>/pieczarki, marchew, pietruszka , śmietana, kurczak /</i> <i>Penne z łososiem 200g</i> <i>/ pomidory suszone, oliwki , pieczarka, papryka, łosoś wędzony, olej/</i> <i>kompot z owoców mieszanych 250ml</i> <i>Nektarynka</i></p>

Smacznego !!!

