



Zupa + II danie

Zupa + II danie

19.01.2026 Poniedziałek	Zupa gulaszowa z mięsem 300ml, 272kcal Kotlet mielony wieprzowy, duszony w sosie pieczarkowym 100g Kasza pęczak, gotowana 200g Surówka z kiszzonego ogórka 100g 440kcal Woda 200 ml Alergeny:1,3,7,9,10; białko [g]:35,05 tłuszcze [g]:27,73 węglowodany[g]:86,64	26.01.2026 Poniedziałek	Zupa kapuśniak z białej kapusty 300 ml, 202kcal Bitki ze schabu wieprzowego w sosie pieczeniowym 100g Kasza pęczak, gotowana 200g Buraczki, tarte 100g 565kcal Woda 200 ml Alergeny:1,7,9; białko [g]:43,92 tłuszcze [g]:27,18 węglowodany [g]:92,73
20.01.2026 Wtorek	Zupa kalafiorowa z makaronem pszennym 300ml, 240kcal Filet drobiowy panierowany 100g Ziemniaki z wody 200g Surówka colesław 100g 477kcal Woda 200ml Alergeny:1,3,7,9; białko [g]:35,35 tłuszcze [g]:25,92 węglowodany [g]:94,87	27.01.2026 Wtorek	Zupa koperkowa z kluseczkami 300ml, 245kcal Kotlet devolay z serem 100g Ziemniaki puree 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 100g 543kcal Woda 200 ml Alergeny:1,3,7,9; białko [g]:31,63 tłuszcze [g]:49,08; węglowodany [g]:59,82
21.01.2026 Środa	Żurek z białą kiełbasą 300ml, 324kcal Makaron boloński z tartym serem 300g 466kcal Woda 200ml Alergeny:1,3,7,9; białko [g]:37,80 tłuszcze [g]:39,63 węglowodany [g]:60,15	28.01.2026 Środa	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z warzywami 300ml, 276kcal Kluski ziemniaczane z okrasą i twarogiem 300g 423kcal Woda 200 ml Alergeny:1,7,9; białko [g]:49,37 tłuszcze [g]:27,30 węglowodany [g]:80,48
22.01.2026 Czwartek	Zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolką szparagową 300ml, 269kcal Pilaw drobiowy z rodzynkami 100g Ryż biały, gotowany 200g Surówka z marchewki i jabłka 100g 475kcal Woda 200ml Alergeny:1,7,9; białko [g]:52,30 tłuszcze [g]:24,79 węglowodany [g]:137,98	29.01.2026 Czwartek	Zupa barszcz ukraiński z warzywami 300ml, 253kcal Udko z kurczaka, pieczone 100g Ziemniaki z wody 200g Surówka z białej kapusty 100g 370kcal Woda 200 ml Alergeny:1,7,9; białko [g]:32,80 tłuszcze [g]:24,22 węglowodany [g]:69,54
23.01.2026 Piątek	Zupa pomidorowa z makaronem pszennym 300ml, 265kcal Paluszki rybne panierowane 100g Ziemniaki z wody 200g Surówka z kiszonej kapusty 100g 447kcal Woda 200ml Alergeny:1,4,7,9; białko [g]:26,30 tłuszcze [g]:20,50 węglowodany [g]:109,41	30.01.2026 Piątek	Zupa z czerwonej soczewicy 300ml, 289kcal Gulasz warzywny z ananase 100g Ryż biały, gotowany 200g Surówka z marchewki 100g 333kcal Woda 200ml Alergeny:1,7,9; białko [g]:23,08 tłuszcze [g]:11,46 węglowodany [g]:114,71

Wykaz alergenów występujących w potrawach: 1 – zboża zawierające gluten; 2 – skorupiaki i produkty pochodne; 3 – jaja i produkty pochodne; 4 – ryby i produkty pochodne; 5 – orzeszki ziemne i produkty pochodne; 6 – soja i produkty pochodne; 7 – mleko i produkty pochodne; 8 – orzechy; 9 – seler i produkty pochodne; 10 – gorczyca i produkty pochodne; 11- sezam i produkty pochodne; 12 – dwutlenek siarki i siarczyny; 13 – tubin i produkty pochodne; 14 – mięczaki i produkty pochodne