

JADŁOSPIS

Poniedziałek 04-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
Śniadanie:	Kanapka z pastą jajeczną i pomidorem (1, 7)	10	1	25	0	0	158
ZUPA:	Kalafiorowa 250 G (7, 9)	23	11	19	0	0	252
II DANIE:	Klopsiki w sosie pomidorowym 120 G (1, 3, 7, 9)	39	5,3	7,4	0	0	335
DODATEK:	Ryż 150 G	3,5	0,5	39	0	3,4	146
	Ogórek świeży 100 G	0,6	0,1	2,2	0	0,5	13
	Bułeczka drożdżowa (1, 3, 7)	10	6	48	0	0	292
RAZEM		86	24	141	0	3,9	1196
Wtorek 05-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
Śniadanie:	Makaron na mleku 250 G (1, 7)	13	10	45	311	3,5	165
ZUPA:	Ogórkowa 250 G (7, 9)	11	5,6	12	0	3,2	107
II DANIE:	Stek wieprzowy z cebulką 100 G (1, 3)	34	27	4	0	1	408
DODATEK:	Ziemniaki 150 G	3,7	0,2	31	0	2,9	174
	Surówka colesław 100 G (7)	1	4	4	0	2	67
	Jabłko	0,4	0,4	9,1	0	1,8	57
RAZEM		62	47	105	311	14	978
Środa 06-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
Śniadanie:	Naleśnik z dżemem 60 G (1, 3, 7)	8	4	19	0	0	140
ZUPA:	Ziemniaczana 250 G (9)	16	34	18	0	0	450
II DANIE:	Gulasz drobiowo-warzywny 150 G (1, 9)	49	6,3	5,6	0	0	199
	Kasza jęczmienna 150 G (1)	3,8	0,8	168	0	6	162
	Jogurt owocowy (7)	10	6	48	0	0	292
RAZEM		87	51	259	0	6	1243
Czwartek 07-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
Śniadanie:	Płatki kukurydziane na mleku 250 G (7)	13	10	45	311	3,5	165
ZUPA:	Szczawiowa 250 G (3, 7, 9)	2,2	1,7	7,8	0	0	66,7
II DANIE:	Pierogi leniwe 250 G (1, 3, 7)	24	12	60	0	0	438
DODATEK:	Śmietana na słodko 40 G (7)	0	0	6	0	1	21
	Jabłko	0,4	0,4	9,1	0	1,8	57
	Bułeczka z serem	10	6	48	0	0	292
RAZEM		49	30	176	311	6,3	1040
Piątek 08-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
Śniadanie:	Kanapka z twarogiem z koperkiem i ogórkiem (1, 7)	10	1	25	0	0	158
ZUPA:	Barszcz czerwony 250 G (1, 7, 9)	4,4	6,7	14	0	0	136
II DANIE:	Paluszki rybne 120 G (1, 3, 4)	23	26	18	0	0	348
DODATEK:	Ziemniaki 150 G	1,9	0,2	23	0	3,6	131
	Surówka z kapusty kwaszonej 100 G	1	3	4	0	0	47
	Brzoskwinia	1	0	10	0	2	39
RAZEM		42	37	105	0	7,6	897

Przedszkole

JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEMIŁKIM ZMIANOM.

ALERGENY: (1) GLUTEN, (2) SKORUPIAKI, (3) JAJA, (4) RYBY, (5) ORZECHY ZIEMNE, (6) SOJA, (7) MLEKO, (8) ORZECHY, (9) SELER,

(10) GORCZYCA, (11) NASIONA SEZAMU, (12) DWUTLENEK SIARKI, (13) ŁUBIN, (14) MIĘCZAKI

JADŁOSPIS

Przedszkole

JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEMALIKIM ZMIANOM.

ALERGENY: (1) GLUTEN, (2) SKORUPIAKI, (3) JAJA, (4) RYBY, (5) ORZECHY ZIEMNE, (6) SOJA, (7) MLEKO,
(8) ORZECHY, (9) SELER,
(10) GORCZYCA, (11) NASIONA SEZAMU, (12) DWUTLENEK SIARKI, (13) ŁUBIN, (14) MIĘCZAKI

JADŁOSPIS

Poniedziałek 11-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
Śniadanie:	Kanapka z serem żółtym i sałatą (1, 7)	13	5	23	0	0	181
ZUPA:	Szpinakowa 250 G (7, 9)	3,5	2	3,5	0	0	258
II DANIE:	Spaghetti 250 G (1, 7, 9)	49	31	127	0	0	998
DODATEK:	Jabłko	0,4	0,4	9,1	0	1,8	57
	Bułeczka z makiem (1, 3, 7)	10	6	48	0	0	292
RAZEM		76	44	211	0	1,8	1786
Wtorek 12-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
Śniadanie:	Ryż na mleku (1, 7)	13	10	45	311	3,5	165
ZUPA:	Barszcz biały 250 G (3, 7, 9)	6,1	3,9	12	0	1,3	104
II DANIE:	Kotlet pożarski 100 G (1, 3, 7)	27	7	9	0	0	215
DODATEK:	Ziemniaki 150 G	3,7	0,2	31	0	2,9	174
	Surówka warzywna 100 G (7)	1	4	4	0	2	67
	Jogurt owocowy (7)	10	6	48	0	0	292
RAZEM		60	31	149	311	9,7	1017
Środa 13-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
Śniadanie:	Jajecznica 75 G (3, 7)	10	14	1	0	0	162
	Chleb pszenny 30 G (1)	3	0	16	0	1	79
	Mix pastęcki 8 G (7)	0,3	41	0,3	335	0	55
ZUPA:	Marchewkowa 250 G (7, 9)	13	3	26	0	0	202
II DANIE:	Pierś w sosie serowym 150 G (1, 7, 9)	42	7	3	0	0	251
	Kasza jęczmienna 150 G (1)	3,8	0,8	168	0	6	162
	Bukiet warzywa na ciepło 80 G	2,2	1,8	7	0	2	30
	Mandarynka	0,4	0,1	6	0	1,2	53
RAZEM		75	68	227	335	10	994
Czwartek 14-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
Śniadanie:	Kasza manna na mleku 250 G (1, 7)	13	10	45	311	3,5	165
ZUPA:	Pieczarkowa 250 G (7, 9)	4	8	29	0	2	220
II DANIE:	Kopytka 250 G (1, 3)	10	2	81	0	4	368
DODATEK:	Sos gulaszowy 50 G (7)	0	0	6	0	1	21
	Ogórek kiszony 100 G	1	0,1	1,5	0	0,5	11
	Bułeczka z jabłkiem	10	6	48	0	0	292
RAZEM		38	26	210	311	11	1077
Piątek 15-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
Śniadanie:	Kanapka z twarogiem ze szczypiorkiem i pomidorem (1, 7)	10	1	25	0	0	158
ZUPA:	Koperkowa 250 G (7, 9)	2,3	1,1	12	0	3,3	73,3
II DANIE:	Panierowany filet rybny 100 G (1, 3, 4)	24	14	30	0	0	227
DODATEK:	Ziemniaki 150 G	1,9	0,2	23	0	3,6	131
	Surówka z kapusty czerwonej 100 G	1	4	4	0	2	67
	Jogurt owocowy (7)	10	6	48	0	0	292
RAZEM		59	32	190	0	8,9	1240

Przedszkole

JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM.

ALERGENY: (1) GLUTEN, (2) SKORUPIAKI, (3) JAJA, (4) RYBY, (5) ORZECHY ZIEMNE, (6) SOJA, (7) MLEKO, (8) ORZECHY, (9) SELER, (10) GORCZYCA, (11) NASIONA SEZAMU, (12) DWUTLENEK SIARKI, (13) ŁUBIN, (14) MIĘCZAKI

JADŁOSPIS

Przedszkole

JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEMALIKIM ZMIANOM.

ALERGENY: (1) GLUTEN, (2) SKORUPIAKI, (3) JAJA, (4) RYBY, (5) ORZECHY ZIEMNE, (6) SOJA, (7) MLEKO,
(8) ORZECHY, (9) SELER,
(10) GORCZYCA, (11) NASIONA SEZAMU, (12) DWUTLENEK SIARKI, (13) ŁUBIN, (14) MIĘCZAKI