

## JADŁOSPIS

Poniedziałek 18-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
Śniadanie:	Kanapka z jajkiem i sałatą ( 1, 7 )	10	1	25	0	0	158
ZUPA:	Brokułowa 250 G ( 7, 9 )	13	1	7,8	0	3	193
II DANIE:	Zapiekanka makaronowa 250 G ( 1, 7 )	9	4	6	0	0	101
DODATEK:	Mizeria 80 G ( 7 )	1	1	3,2	0	0	48
	Buteczka z dżemem ( 1, 3, 7 )	10	6	48	0	0	292
RAZEM		43	13	90	0	3	792
Wtorek 19-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
Śniadanie:	Zacierka babuni na mleku ( 1, 7 )	13	10	45	311	4	165
ZUPA:	Pomidorowa z makaronem 250 G ( 7, 9 )	3	1	34	0	2	158
II DANIE:	Kotlet mielony 100 G ( 1, 3, 7, 9 )	23	38	170	0	0	477
DODATEK:	Ziemniaki 150 G	2	0	23	0	4	131
	Surówka z kapusty białej 100 G ( 7 )	1	4	4	0	2	67
	Jogurt owocowy ( 7 )	10	6	48	0	0	292
RAZEM		52	60	324	311	11	1289
Środa 20-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
Śniadanie:	Parówka z ketchupem 55 G ( 1 )	8	11	0,2	0	0	158
	Chleb pszenny 30 G ( 1 )	3	0	16	0	1	79
ZUPA:	Jarzynowa 250 G ( 1, 9 )	5	4	13	0	0	108
II DANIE:	Potrąwka z kurczaka z groszkiem 100 G ( 1, 3, 9 )	14	5	6	0	0	135
	Ryż z warzywami 150 G	6	0	44	0	2	170
	Gruszka	2	3	13	0	0	81
RAZEM		35	24	76	0	2	652
Czwartek 21-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
Śniadanie:	Płatki owsiane na mleku 250 G ( 7 )	13	10	45	311	4	165
ZUPA:	Wiejska 250 G ( 1, 9 )	6	10	30	0	0	200
II DANIE:	Kotlet jajeczny 100 G ( 1, 3 )	12	35	15	0	0	402
DODATEK:	Ziemniaki 150 G	2	0	23	0	4	131
	Marchew duszona 80 G ( 1 )	1	6	0	0	2	25,6
	Buteczka z serem	10	6	48	0	0	292
RAZEM		43	68	161	311	9	1215
Piątek 22-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
Śniadanie:	Kanapka z pasztetem i ogórkiem kiszonym ( 1, 7 )	10	1	27	0	0	163
ZUPA:	Rybna 250 G ( 1, 4, 9 )	19	4	18	0	0	197
II DANIE:	Ryż z musem jabłkowym 250 G ( 7 )	5	5	83	0	0	390
DODATEK:	Jogurt owocowy ( 7 )	10	6	48	0	0	292
RAZEM		54	22	224	0	0	1334

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

Poniedziałek 25-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
Śniadanie:	Kanapka z wędliną i pomidorem ( 1, 7 )	10	1	27	0	0	163
ZUPA:	Brukselkowa 250 G ( 1, 9 )	14	14	24	0	2	294
II DANIE:	Klopsiki drobiowe w sosie koperkowym 120 G ( 1, 3, 7, 9 )	23	25	17	0	0	398
	Makaron 150 G ( 1 )	6	1	30	0	3	138
DODATEK:	Ogórek kiszony 80 G	0	0	1,5	0	1	9
	Bułeczka z makiem ( 1, 3, 7 )	10	6	48	0	0	292
RAZEM		63	47	148	0	6	1294
Wtorek 26-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
Śniadanie:	Płatki jęczmienne na mleku 250 G ( 1, 7 )	13	10	45	311	4	165
ZUPA:	Żurek 250 G ( 1, 3, 7, 9 )	7	5	14	0	0	118
II DANIE:	Skrzydętka pieczone 100 G	32	30	17	0	0	465
	Ziemniaki 150 G	4	0	31	0	3	174
DODATEK:	Surówka z marchwi i jabłka 80 G ( 7 )	1	0	15	0	3	17,2
	Jogurt owocowy ( 7 )	10	6	48	0	0	292
RAZEM		66	52	170	311	10	1231
Środa 27-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
Śniadanie:	Naleśnik z twarogiem 60 G ( 1, 3, 7 )	8	4	19	0	0	140
ZUPA:	Rosół z makaronem 250 G ( 1, 9 )	43	10	28	0	0	370
II DANIE:	Bitki wieprzowe w sosie własnym 120 G ( 1, 9 )	15	26	4	0	0	297
	Kasza jęczmienna 150 G ( 1 )	4	1	168	0	6	162
	Surówka z buraczków 80 G	2	2	10	0	0	64,8
	Mandarynka	0	0	6	0	1	53
RAZEM		72	43	235	0	7	1087

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